

Η ΒΙΑ ΩΣ ΒΙΩΜΑ

Σε συνέντευξη που είχαμε με την κυρία Ολίβια Χρίστου, υπεύθυνη ακτιβισμού και συντονισμού δράσεων «Τα παιδιά είναι καθρέφτης των γονιών», στο 3ο επεισόδιο της σειράς «The body shop talks» και υπό την ταυτότητα του μη κερδοσκοπικού οργανισμού Cyrgus says NO MORE, έχει τεθεί ως στόχος η ευαισθητοποίηση, καθοδήγηση και εκπαίδευση του κοινού σε θέματα που αφορούν τη σεξουαλική βία, μέσω του ακτιβιστικού του έργου.

Το NO MORE ξεκίνησε από την Αγγλία το 2013 και σήμερα εστιάζεται σε 26 χώρες, ανάμεσά τους και η Κύπρος. Η κυρία Μαρία Γεωργίου αποτελεί τη life business coach, business development και director, ηθοποιό, χορογράφο, αλλά και υπεύθυνη διαχείρισης για το κομμάτι στην ομάδα «Ελπίζω». Η ομάδα αυτή έχει δημιουργηθεί με σκοπό την ενημέρωση κατά της βίας κι εστιάζεται σε τρεις χώρες, σε Ελλάδα, Κύπρο και Γερμανία.

Κατ' αρχάς, η βία που σχετίζεται με άτομα ορίζεται ως η δράση ενός ατόμου που μπορεί να θίξει, να προσβάλει, να εκφοβήσει και να μειώσει ένα άλλο άτομο, είτε αυτός που μειώνεται μπορεί να καταγγείλει είτε όχι. Υπάρχει, στο μεταξύ, χρονική ταξινόμηση για το πώς μπορεί να ξεκινήσει η βία κατά ενός ατόμου, εφόσον ενδέχεται να αρχίσει κι από την εμβρυακή ηλικία, αφού το άτομο έχει μνήμη. Ακόμα και στην ενδομήτρια ζωή, ο εγκέφαλος δουλεύει 24 ώρες το 24ωρο, όπως και στον ύπνο, σε κατάσταση rem. Οτιδήποτε γίνεται, είτε προέρχεται από τη μητέρα είτε από το εξωτερικό περιβάλλον, το έμβρυο το αντιλαμβάνεται και δεν μπορεί να το αποφύγει. Έτσι, για παράδειγμα, αν η μητέρα ζει μια τοξική συμπεριφορά, όπως βία από το σύντροφό της ή στο εξωτερικό περιβάλλον, αυτό επηρεάζει το έμβρυο και αποθηκεύεται στο υποσυνείδητο του εμβρύου. Στη συνέχεια, εντοπίζεται και σε συσπάσεις μέχρι και την έξοδο του εμβρύου, αλλά και στο τι θα βιώσει σε στιγμές τοκετού, όπως στο αν η μάνα θα έχει το «τραύμα της γέννας». Αν, για παράδειγμα, η μάνα δεν είχε εύκολη γέννα, το παιδί το αισθάνεται, το επηρεάζει, το απορροφά και αποθηκεύεται στη μνήμη του.

Όποια δυσκολία, εσωτερικά ή ψυχικά, ή προβληματισμό έχει βιώσει η μητέρα μεταδίδεται αυτόματα στο έμβρυο και στο παιδί κι έπειτα έχει αντίκτυπο σε όλα τα στάδια της ζωής του. Εάν το έμβρυο γεννηθεί με βεντούζα ή αν το πάρουν αυτόματα από τη μητέρα του, του δημιουργείται το αίσθημα ανασφάλειας, που ίσως στην πορεία δημιουργήσει σχέσεις εξάρτησης. Συνεπώς, στη συνέχεια της ζωής του, θα είναι πιο δύσκολο να ανεξαρτητοποιηθεί. Το ότι υπάρχει μνήμη φαίνεται κι από εγχειρήσεις εγκεφάλου που επηρεάζουν συγκεκριμένα τμήματά του. Ο άνθρωπος μπορεί να θυμηθεί, μετέπειτα, πράγματα που είχε βιώσει όταν ήταν μέσα στη μήτρα, σε ύπνωση ή σε βιοσύνθεση. Αυτά, επιβεβαιώνονται ως πραγματικά γεγονότα από τους γονείς ή από άτομα του οικογενειακού περιβάλλοντός του. Το 90% που έχουμε βιώσει σε ενδομήτρια ζωή μένει αποθηκευμένο στη μνήμη, στο υποσυνείδητο ή σε ασυνείδητο και τα θυμόμαστε σε καταστάσεις που έχουν προαναφερθεί. Επομένως, είναι σημαντικές οι πρώτες στιγμές κάθε νεογέννητου. Αυτό φαίνεται και στο παράδειγμα που σε γέννηση παιδιού παίρνουν μπλε μπαλόνια σε αγόρια και ροζ σε κορίτσια. Αυτό δείχνει ότι τα άτομα που παίρνουν τα

μπαλόνια έχουν καταγεγραμμένο σε υποσυνείδητο ή σε ασυνείδητο αυτόν το διαχωρισμό και τα παιδιά όταν μεγαλώνουν το δείχνουν και στη διαπαιδαγώγησή τους.

Έπειτα, σε βρεφική ηλικία, από 2 ετών και μετά, που το μυαλό λειτουργεί ακατάπαυστα 24 ώρες το 24ωρο, όλα αρχίζουν κι αποθηκεύονται στη μνήμη, όλα περνούν αφιltrάριστα από τη λογική σε υποσυνείδητο, ακόμα και όταν οι γονείς τσακώνονται στο σπίτι.

Δυστυχώς υπάρχουν αρκετές μορφές βίας στα βρέφη, ενώ δεν μπορούν κιόλας να καταγγείλουν όσα βιώνουν. Πέρα από τη λεκτική βία (όπως καυγάδες), είναι η σωματική βία, αλλά και η σεξουαλική βία, με τους γονείς ή άλλα άτομα. Παράδειγμα αποτελεί η έλλειψη επαρκούς φροντίδας, όπως όταν η μητέρα έχει βιώσει το τραύμα της γέννας. Πολλές μητέρες, μάλιστα, νιώθοντας ντροπή ή ευθύνη γι' αυτό που βιώνουν, ενοχοποιούνται ή νιώθουν ότι πρέπει να ανταποκριθούν στο νέο τους ρόλο, ενώ δεν μιλούν για αυτό. Αλλά αυτό έχει αντίκτυπο στο βρέφος, γιατί απομακρύνονται και ίσως δεν το φροντίζουν σωστά. Πιο τραγικό, μάλιστα, όταν ο σύντροφος δεν βρίσκεται εκεί να το αντιληφθεί και να βοηθήσει την κατάσταση, εφόσον οι ίδιες δεν το αναφέρουν.

Ακόμη, κάτι που παρατηρήσαμε μετά από καταστάσεις ύπνωσης ή βιοσύνθεσης, είναι όταν το βρέφος κάνει την ανάγκη του. Το βρέφος εκείνη τη στιγμή χρειάζεται τη φροντίδα του γονιού. Εάν, όμως, ο γονιός είναι κουρασμένος κι αντιδρά, το βρέφος νιώθει ένοχο για κάτι που δεν φταίει. Έτσι δημιουργείται σ' αυτό και το αίσθημα της ανασφάλειας, που, μετέπειτα, στην ενήλικη ζωή του, θα νιώθει συχνά ενοχές. Αρά είναι σημαντικό, για το χαρακτήρα ενός παιδιού, τα βρέφη να ζουν και να μεγαλώνουν σε περιβάλλοντα ασφάλειας, φροντίδας κι αγάπης.

Μάλιστα, δεν είναι η ηλικία που μπορεί να στιγματίσει ένα παιδί εντονότερα και να διατηρήσει γεγονότα ως μνήμες, αλλά το συμβάν. Για παράδειγμα, στα βρέφη μπορεί να τα στιγματίσει η χρήση ναρκωτικών ουσιών, αλκοόλ ή και φαρμάκων από το γονιό μπροστά τους ή ακόμα όταν δεν έχουν διαύγεια σκέψης και παρέχουν ακόμη και στο βρέφος, μερικές φορές, ουσίες.

Επίσης, παρατηρείται και εγκατάλειψη του βρέφους, που επηρεάζει κι ενισχύει το αίσθημα ανασφάλειας. Συγκεκριμένα, κάποιοι γονείς αφήνουν για λίγο το παιδί στο σπίτι μόνο του και να ξαναεπιστρέψουν. Εκείνη τη στιγμή, όμως, το βρέφος ίσως χρειαστεί κάτι από έναν ενήλικα, όπως περίθαλψη, και να μη βρίσκεται κάποιος εκεί. Τότε θα αισθανθεί ότι όταν αυτό χρειαζόταν κάποιον, δεν είχε κανέναν κι έτσι θα νιώθει μόνο κι απροστάτευτο, κάτι που ίσως καταγγεληθεί από τρίτα άτομα. Δυστυχώς, σε ακραίες καταστάσεις, ενδέχεται τα βρέφη να πεθάνουν. Μάλιστα, μετέπειτα, ως ενήλικας αν βιώσει κάτι παρόμοιο με αυτό που του δημιούργησε αυτό το συγκεκριμένο συναίσθημα στην προηγούμενη ηλικιακή του φάση, τότε θα νιώσει ότι τα βιώνει ξανά και τόσο έντονα, εφόσον πέρασαν στη μνήμη του αφιltrάριστα. Αφιltrάριστα, δε, γεγονότα, περνούν στο υποσυνείδητο μέχρι την ηλικία των 5 με 6 ετών, ανάλογα με τον άνθρωπο. Παράδειγμα, αφιltrάριστου γεγονότος είναι όταν το παιδί έχει ανάγκη από τουαλέτα κι ο γονιός, εάν είναι κουρασμένος τη συγκεκριμένη στιγμή, δεν το βοηθά και του συμπεριφέρεται λάθος. Τότε δημιουργείται στο παιδί το αίσθημα της εγκατάλειψης και της ενοχοποίησης.

Στη νηπιακή, δε, ηλικία, παρατηρείται στα κορίτσια η «έμφυλη βία» και γενικά ο «έμφυλος διαχωρισμός», όπως φαίνεται στα κοριτσίστικα ρούχα, στα κοριτσίστικα παιχνίδια και στα πρότυπα ομορφιάς. Αν και γίνονται προσπάθειες να καταπολεμηθεί, βρισκόμαστε δυστυχώς πολύ πίσω. Επίσης, στη νηπιακή ηλικία, γενικά τα παιδιά αρχίζουν να γνωρίζουν το σώμα τους, οπότε βλέπουν τα κορίτσια ότι έχουν διαφορετικά γεννητικά όργανα από τα αγόρια. Πρέπει, όμως, ο τρόπος που θα διδαχθούν στα παιδιά οι διαφορές να είναι πολύ προσεκτικός, ώστε να μη νιώσει ένα παιδί μειονεκτικά απέναντι στο άλλο λόγω φύλου.

Μετάπειτα, στα επόμενα στάδια της ζωής του παιδιού, το παιδί βιώνει κι άλλες μορφές βίας, αφού εισέρχεται στο σχολικό περιβάλλον. Εκεί εντοπίζεται η ψυχολογική βία, αλλά και η συναισθηματική. Για παράδειγμα στο κοριτσάκι, εάν δημιουργηθεί το αίσθημα ασφάλειας και κατανόησης από το σπίτι, ώστε να νιώθει ότι μπορεί να μιλήσει για τις αλλαγές που συμβαίνουν και στο σχολείο, αλλά και γιατί ίσως εναντιώνεται κι αποφεύγει να πάει στο σχολείο. Ενδέχεται στη σχολική κοινότητα, όντως, να συμβαίνει κάτι ύποπτο, που δημιουργεί αρνητικά συναισθήματα στο παιδί. Επομένως, ο γονιός πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικός, εφόσον η συμπεριφορά του κι ο τρόπος ανάπτυξης του παιδιού τους θα του δημιουργήσουν το αίσθημα ασφάλειας, που θα φέρει μαζί του σε όλη του τη ζωή, όπως και το συναίσθημα εμπιστοσύνης προς στο γονιό του.

Σ' αυτό το στάδιο ζωής, ίσως το παιδί έρθει αντιμέτωπο και με την ενδοοικογενειακή βία, κάτι που μπορεί να γίνει αντιληπτό στο σχολείο. Μάλιστα, σ' αυτές τις ηλικίες, και συγκεκριμένα από την ηλικία των 5 ετών, αρχίζει και η λειτουργία της μνήμης, οπότε το παιδί αρχίζει κι έχει αναμνήσεις. Δεν μπορεί, φυσικά, ακόμη να κρίνει τι είναι αποδεκτό και φυσιολογικό και τι όχι, όπως η κακοποίηση ζώου, αλλά οι αναμνήσεις έχουν αντίκτυπο στο χαρακτήρα του.

Η παρατηρητικότητα, συνεπώς, από όλες τις πλευρές, έχει σημαντικό ρόλο. Μέσω της παρατηρητικότητας μπορεί γίνουν αντιληπτές μερικές φοβίες του παιδιού κι έτσι να τις αντιμετωπίσει, ιδιαίτερα αν γίνεται σε αρχικό στάδιο, είτε παρατηρώντας τα σχέδια των παιδιών, από την ηλικία κιόλας των 5, ιδίως όταν τα παιδιά δεν αισθάνονται άνετα να μιλήσουν σε ένα μεγαλύτερο. Επίσης, μπορεί να τις εντοπίσει κάποιος και την ώρα που παίζει ένα παιδί κι αναλόγως να προβεί στα συμπεράσματά του.

Έντονο γεγονός που μπορεί επιπλέον να στιγματίσει ένα παιδί, σε οποιαδήποτε ηλικία, είναι ο χωρισμός των γονιών του. Οι γονείς πρέπει να είναι αρκετά ώριμοι στο πώς θα αντιμετωπίσουν το χωρισμό τους, όπως και στον τρόπο συμπεριφοράς τους, εφόσον θα καθορίσουν και το χαρακτήρα του παιδιού. Είναι απαραίτητο να συμπεριφέρονται μπροστά στο παιδί με αγάπη, να προβαίνουν σε συζητήσεις με αυτό, να το νοιάζονται, να μην αλληλοκατηγορούνται, ώστε να μη νιώσει το παιδί εγκατάλειψη από τον έναν ή τον άλλο γονιό. Έτσι, το παιδί θα περάσει ομαλά το χωρισμό των γονιών του, σε οποιαδήποτε ηλικία κι αν συμβεί αυτός. Πολλές φορές, ίσως, το παιδί νιώσει επιθετικότητα προς το γονέα που φεύγει από το σπίτι. Γι' αυτό το λόγο πρέπει να δίνονται εξηγήσεις από τους γονείς στο παιδί γιατί προχώρησαν σ' αυτό το διαζύγιο και ότι το ίδιο δεν φέρει καμία ευθύνη. Συν τοις άλλοις, έχει παρατηρηθεί ότι μερικές φορές το παιδί νιώθει το φόβο της εγκατάλειψης από το γονιό με τον

οποίο ζει. Συνεπώς, είναι απαραίτητο να κτιστεί ένα περιβάλλον ασφάλειας, απενοχοποίησης του παιδιού, φροντίδας, αγάπης, υποστήριξης κι επικοινωνίας, τόσο μεταξύ του παιδιού και των γονιών, όσο και μεταξύ των δύο χωρισμένων γονέων. Έτσι θα επιτευχθεί η δημιουργία του «υγιούς» περιβάλλοντος και όχι ανθυγιεινού και τοξικού.

Εντελώς λανθασμένη, δε, είναι η αντίληψη ότι οι γονείς, έστω κι αν υπάρχει βία μεταξύ τους και διαφωνίες, πρέπει να παραμένουν μαζί και να μην προχωρούν στο χωρισμό. Ο λόγος είναι γιατί κυρίως στην παιδική ηλικία, συγκεκριμένα από 6 ετών και μετά, συνήθως ένα κοριτσάκι ταυτίζεται με τη μητέρα. Έτσι αν η μητέρα βιώνει βία από τον πατέρα, το κοριτσάκι θα νιώθει κι αυτό τη βία, έστω κι αν ο πατέρας, για παράδειγμα, δεν κτυπά ή δε βρίζει το παιδί. Αν, όμως, πράγματι το κοριτσάκι το βιώνει και το ίδιο, τότε γίνεται ακόμη χειρότερο, ενώ νιώθει ότι πρέπει να προστατεύσει τον εαυτό της αλλά και την ίδια τη μητέρα της. Έτσι έχει το ρόλο το παιδιού, αλλά ταυτόχρονα αναλαμβάνει και το ρόλο του γονέα! Αυτό μπορεί να μη γίνεται συνειδητά, αλλά επηρεάζει το παιδί ψυχοσυναισθηματικά και γίνεται καταπιεστικό για το ίδιο.

Συν τοις άλλοις, το παιδί στο περιβάλλον που έχει περιγραφεί πιο πάνω, μπορεί να νιώσει και την απομόνωση, το φόβο και ότι μπορεί να νιώσει την εγκατάλειψη από τους γονείς του. Οι αλληλοκατηγορίες των γονιών θα δημιουργήσουν στο παιδί αρνητικές πεποιθήσεις, που ενδέχεται να τις κουβαλά και στην ενήλικη ζωή και ίσως τις εξωτερικεύσει και στις ερωτικές του σχέσεις.

Δυστυχώς, σ' αυτή τη φάση της ζωής του παιδιού παρατηρείται και η σεξουαλική βία. Σε τέτοιες περιπτώσεις, η πρώτη σεξουαλική σχέση που μπορεί να έχει ένα κορίτσι και η πρώτη σεξουαλική ικανοποίηση ίσως είναι από το γονιό του κι αυτό το λανθασμένο συναίσθημα θα είναι αυτό που θα αναζητά. Έτσι δημιουργούνται και τα λανθασμένα πρότυπα ομορφιάς.

Επιπλέον, στην εφηβεία ένα κορίτσι έχει να αντιμετωπίσει πιο έντονα διάφορες αλλαγές που βιώνει, όπως η έναρξη της έμμηνης ρύσης, η κατάθλιψη, οι εκρήξεις θυμού και οι πρώτες ερωτικές σχέσεις. Έτσι αν βίωσε βίαιες ερωτικές σχέσεις στο σπίτι, θα το θεωρεί φυσιολογικό και στο δικό της ερωτικό σύντροφο και θα είναι αποδεκτό. Υπάρχουν, δε, περιπτώσεις που μπορεί το κορίτσι να έχει βίαιο ερωτικό σύντροφο, όμως δεν νιώθει άνετα να μιλήσει ή κάποιες άλλες που ο σύντροφός της υπόσχεται σ' αυτήν ότι δεν θα το ξανακάνει. Έτσι δύσκολα θα πάρει την απόφαση να φύγει από αυτές τις καταστάσεις, ιδίως σε περιπτώσεις που υπάρχει σχέση εξάρτησης. Συνεπώς, η πρώτη σεξουαλική εμπειρία είναι καθοριστική για το κορίτσι και στην αποδοχή του σώματός της.

Πέρα, δε, από τις παραπάνω περιπτώσεις, υπάρχουν περιπτώσεις σεξουαλικής παρενόχλησης, διάδοσης προσωπικού υλικού, ιδίως τα τελευταία χρόνια με την ανάπτυξη της τεχνολογίας, κάτι που μπορεί να προσβάλουν μια κοπέλα. Έτσι η κοπέλα έρχεται αντιμέτωπη και με την ψυχολογική βία, όπως λόγου χάρη να νιώθει και η ίδια ντροπή ή ενοχή, που να την οδηγούν ακόμη και σε ακραίες ενέργειες, όπως αυτοκτονία.

Τα παιδιά, όμως, σ' αυτές τις ηλικίες έχουν να αντιμετωπίσουν κι άλλες μορφές καταπίεσης, όπως τα πολλά φροντιστήρια, τα υψηλά standards σε βαθμολογίες μαθημάτων, η επικριτική συμπεριφορά των δασκάλων και γενικά της κοινωνίας, έτσι ώστε να τους δημιουργούν καταπιεστικό περιβάλλον και συναίσθημα ανασφάλειας.

Πέρα από τα μαθήματα, ιδίως στις κοπέλες, υπάρχουν και περιπτώσεις που αυτές έχουν και την ευθύνη να αναλάβουν τα μικρότερα αδέρφια τους. Έτσι θα πρέπει να διαβάσουν, αλλά και να φροντίσουν το μικρότερο αδερφάκι τους και να κάνουν δουλειές στο σπίτι. Εάν δεν μπορούν να το πετύχουν αυτό, θα νιώθουν και το αίσθημα της ενοχής. Τα παιδιά, δε, σ' αυτή την ηλικία, αρχίζουν να νιώθουν την ανάγκη να βγαίνουν με τους φίλους τους, κάτι που μερικές φορές στα αγόρια είναι αποδεκτό, ενώ στα κορίτσια όχι, εφόσον έχουν και πολλές ευθύνες. Συνεπώς, υπάρχει και έμφυλη διάκριση και καταπίεση, ακόμα και μέσα στο ίδιο τους το σπίτι.

Όλες οι προαναφερθείσες περιπτώσεις, κυρίως εις βάρος των κοριτσιών, μπορούν να θεωρηθούν και ως τραύματα που δημιουργούνται σε διάφορα στάδια και μέσα στα περιβάλλοντα που έχει μεγαλώσει ένα κορίτσι. Μάλιστα, όλες τις συμπεριφορές και διακρίσεις εις βάρος της τις κουβαλά και στα επόμενα στάδια ζωής ή πολλές φορές ακόμα και τις σωματοποιεί. Αυτό φαίνεται, για παράδειγμα, στον τρόπο που θα περπατήσει ή θα κινηθεί, από τη συστολή που ίσως θα έχει ή από το πόσο κοινωνικό θα είναι.

Στο φοιτητικό, δε, στάδιο της ζωής ενός κοριτσιού, που αποτελεί σημαντικό σταθμό ζωής, ένα κορίτσι πλέον είναι πιο ελεύθερο και μπορεί εύκολα να παρασυρθεί. Μπορεί να παρασυρθεί σε χρήση ουσιών, σε ερωτικές σεξουαλικές σχέσεις, που πολλές φορές να οδηγηθεί και εν αγνοία της στην πορνεία ή στη δουλεία. Επιπλέον, μπορεί να υπάρξει και θύμα βιασμού, που πολλές φορές δύσκολα θα ομολογήσει. Άλλες μορφές πίεσης που ίσως νιώσει ένα κορίτσι σ' αυτό το στάδιο είναι στο επάγγελμα που θα ακολουθήσει, αφού πολλές φορές επιβάλλεται σ' αυτό να σπουδάσει κάτι που θέλουν οι γονείς. Επιπρόσθετα, είναι μια φάση που πειραματίζεται με την εμφάνισή της μια κοπέλα, μαλλιά ή ρούχα για παράδειγμα, και κάποιοι την επικρίνουν. Όμως, δεν πρέπει να κρίνεται κάποιος με βάση την εξωτερική του εικόνα. Η σεξουαλική, δε, βία δεν σχετίζεται με την ηλικία ούτε και με την εμφάνιση του θύματος. Δεν είναι το θύμα που προκαλεί το θύτη ούτε και οι σεξουαλικές ορμές που κάνουν το θύτη να διαπράξει το βιασμό, αλλά άλλοι παράγοντες. Είναι, μάλιστα, σημαντικό σε φοιτητική ζωή τα βιώματα που είχε στο σπίτι το τι θα δέχεται ως αποδεκτές συμπεριφορές ή αν θα μπλοκάρουν μια ερωτική σχέση.

Σχετικά με τις σχέσεις και τη συνέχεια που θα δοθεί σ' αυτές είναι σημαντικές οι φοβίες και οι πεποιθήσεις που έχει μια κοπέλα, όπως και οι προηγούμενοι σύντροφοι που είχε, αλλά και ο τρόπος που συμπεριφέρονταν σ' αυτές. Με βάση αυτά τα κριτήρια, θα μπορεί να δημιουργήσει και να προχωρήσει σε μια σχέση, αλλά και να παρασυρθεί σε λανθασμένες σχέσεις, όπως για παράδειγμα να παρασυρθεί από έναν καθηγητή. Σημαντικό, δε, ρόλο παίζει και το πρότυπο άντρα που αναζητά το κορίτσι. Αν η σχέση της με τον πατέρα της δεν ήταν και η πιο υγιής, εύκολα τότε μπορεί να παρασυρθεί σε σχέσεις λανθασμένες ή με μεγαλύτερους άντρες, όπως με καθηγητές, ακόμα και με τη θέλησή της.

Σε κατοπινό στάδιο, στη γυναίκα ως ενήλικα πλέον, στις σχέσεις που θα συνάψει σημαντικό ρόλο παίζει η κοινωνία, η οικονομική κατάσταση της οικογένειας και τα πρότυπα που υπήρχαν σ' αυτήν και τη ζωή που βίωνε, όπως και η πολιτική κατάσταση της χώρας στην οποία μεγάλωνε. Για παράδειγμα, σ' αυτή τη φάση, που η γυναίκα εργάζεται κιάλας, μπορεί να βιώσει και τη σεξουαλική βία, τη λεκτική ή την ψυχολογική βία, ανάλογα και με τη βαθμίδα στην οποία βρίσκεται στον εργασιακό της χώρο. Συνήθως στις χαμηλότερες βαθμίδες παρατηρείται υπό την

απειλή του ότι θα χάσουν τη δουλειά τους κι έτσι πέφτουν θύματα βιασμού. Με αφορμή το βιοποριστικό κομμάτι, υψηλόβαθμα στελέχη συνήθως ασκούν και ψυχολογική βία. Στο business industry στην Κύπρο τα υψηλόβαθμα στελέχη είναι άντρες κι έτσι οι γυναίκες πέφτουν θύματα. Συνεπώς, επιβάλλεται η γυναίκα να δείξει πιο σκληρό πρόσωπο για να τη λάβουν σοβαρά υπ' όψιν στα ανδροκρατούμενα ακόμη περιβάλλοντα εργασίας, ώστε να μην την εκμεταλλευτούν και έτσι να πέσει θύμα σεξουαλικής καταπίεσης.

Συγκεκριμένα στα εργασιακά περιβάλλοντα και την έμφυλη βία, αυτή μπορεί να γίνεται είτε κατ' ιδίαν είτε και μπροστά από εργαζομένους. Αυτή μπορεί να αφορά σχόλια για την εμφάνισή της είτε σχόλια σεξουαλικού περιεχομένου. Ο χλευασμός μιας γυναίκας μπορεί να εντοπιστεί και σ' ένα interview, είτε αυτό αφορά και πάλι την εμφάνισή της ή την οικογενειακή της κατάσταση ή ακόμα κι αν έχει γίνει πρόσφατα μητέρα. Στην Κύπρο, μάλιστα, βρισκόμαστε ακόμη πίσω στο σεβασμό της γυναίκας στον εργασιακό χώρο. Για παράδειγμα, λίγες εταιρείες έχουν δωμάτιο θηλασμού, και κυρίως εταιρείες ξένων επιχειρηματιών. Συχνά, ακόμη, παρατηρείται το φαινόμενο του να κάνουν μια γυναίκα να παραιτηθεί, που αποτελεί επίσης μορφή βίας.

Η γυναίκα, γενικότερα, έχει πολλούς ρόλους ως ενήλικας. Έχει και το ρόλο της συντρόφου και της συζύγου, ενώ μπορεί, μάλιστα, να ζει παράλληλα σε μια τοξική κατάσταση, που να της ασκείται και βία σεξουαλική από το σύντροφό της, πέρα από την ψυχολογική πίεση και τη λεκτική βία, ακόμα και στο δρόμο. Στο δρόμο, δε, παρατηρείται και τα «catcalling», το οποίο γίνεται από ανθρώπους που σφυρίζουν στο δρόμο ή κάνουν διάφορες προσφωνήσεις δημόσια, ενώ κανένας δεν θα υπερασπιστεί το θύμα. Δημιουργούνται, όμως, στα θύματα δυσάρεστα συναισθήματα μειονεξίας. Συνεπώς είναι πολύ λεπτή η γραμμή στο κατά πόσον μια πράξη μπορεί να θεωρηθεί μορφή βίας και να δημιουργεί αρνητικά συναισθήματα, ενώ εξαρτάται κι από τις αρχές που έχουν κάποιοι άνθρωποι.

Μάλιστα, μια γυναίκα, μπορεί να βιώσει βία κι από το ίδιο της το παιδί, εφόσον αυτό μεγαλώνοντας μέσα σ' ένα περιβάλλον που ακούει συνεχώς τον πατέρα του να συμπεριφέρεται άσχημα και μειονεκτικά στη μητέρα του, θα συμπεριφερθεί κι αυτό με τον ίδιο τρόπο. Η μητέρα, μάλιστα, μπορεί να μην αντιδράσει, αλλά θα νιώσει άσχημα και θα πληγωθεί.

Επιπλέον, υπάρχουν και ακραίες περιπτώσεις που μια γυναίκα μπορεί να βιώσει βία ενώ είναι έγκυος. Έχουν παρατηρηθεί περιπτώσεις, δε, που άντρες προσπαθούν να βλάψουν τις συντρόφους τους, αλλά και το έμβρυο, όπως και να συμπεριφέρονται σ' αυτές άσχημα ή να τις κτυπούν. Δυστυχώς, υπάρχουν και παραδείγματα που μια γυναίκα, ζώντας το τραύμα της γέννας, γίνεται και η ίδια θύτης προς το νεογέννητο. Όταν η γυναίκα δεν έχει έναν υποστηρικτικό σύντροφο, νιώθει καταπίεση ή ντροπή και μειονεκτικά.

Όσο μεγαλώνει, μάλιστα, μια γυναίκα, αλλάζουν να τη βλέπουν διαφορετικά, εφόσον αλλάζουν και τα πρότυπα ομορφιάς. Σε πιο μεγάλες ηλικίες η γυναίκα ζει και την εμμηνόπαυση, που συμβαίνουν σ' αυτήν αλλαγές παρά τη θέλησή της, όπως οι ορμονικές. Εάν δεν έχει κοντά της ανθρώπους που θα τη στηρίζουν, τότε αρχίζει να νιώθει και ψυχολογική βία, που κάποιες φορές είναι και δύσκολο να τη διαχειριστεί.

Αντιμέτωπη, μερικές φορές, έρχεται μια γυναίκα και με την οικονομική βία. Εάν ο σύντροφός της την ελέγχει οικονομικά ή της επιβάλλει συγκεκριμένη εργασία ή ακόμη της απαγορεύει να εργαστεί, τότε μπορεί να την καταπιέζει και ψυχολογικά, να την ελέγχει και να της στερεί ακόμη και την ελευθερία της. Σε τέτοιες περιπτώσεις, μάλιστα, εάν ο άντρας της ασκεί και βία σωματική, τότε δύσκολα θα πάρει την απόφαση να τον καταγγείλει ή να φύγει από αυτόν. Εάν, δε, εμφανιστεί στην τρίτη ηλικία, γίνεται ακόμα δυσκολότερο...

Συγκεκριμένα στην τρίτη ηλικία, η γυναίκα ζει τον πιο δύσκολο ρόλο. Οι γυναίκες, δυστυχώς, δεν μπορούν να καταγγείλουν τι τους συμβαίνει. Μπορεί να βιώνουν οικονομική βία κι από τα ίδια τους τα παιδιά, είτε την εκμετάλλευση από άτομα που της φροντίζουν, είτε από άλλους που λόγω της ηλικίας τους προσπαθούν να τις εκμεταλλευτούν. Ενδέχεται, δε, να βιώνουν και τη σεξουαλική βία, την ψυχολογική ή τη σωματική. Σ' αυτή την ηλικία οι γυναίκες μπορεί να πέσουν και θύματα ιατρικής εξαπάτησης, ενώ ίσως τους στερούν την ελευθερία τους ακόμη και τα ίδια τους τα παιδιά.

Δυστυχώς, στην κοινωνία υπάρχει διαχωρισμός και στην ομορφιά. Πρέπει να διδάσκεται κι από την παιδική ηλικία τι είναι όμορφο, ότι η ομορφιά βρίσκεται στον εσωτερικό κόσμο του ανθρώπου και με το αν είναι καλός άνθρωπος, αλλά και πώς συμπεριφέρεται στους άλλους. Εάν κάποιος έχει όμορφο χαρακτήρα, θα κερδίσει και περισσότερες καρδιές κι αυτό είναι το σημαντικότερο.

Συνεπώς, σημαντικό ρόλο σε κάθε άνθρωπο διαδραματίζει το υποσυνείδητο. Υπάρχουν πράγματα για τα οποία υποσυνείδητα ο εαυτός μας αντιδρά και πράττει αντίθετα από όσα επιθυμεί ή θεωρεί λανθασμένα. Υπάρχουν, όμως, τρόποι που ένας άνθρωπος μπορεί να κάνει φίλο του το υποσυνείδητό του. Αν καταφέρουμε και γίνουμε φίλοι με το υποσυνείδητό μας, τότε μπορούμε να πετύχουμε ό,τι επιθυμούμε, εφόσον όλα είναι καταγεγραμμένα στο υποσυνείδητο και στο ασυνείδητο. Αν, επίσης, συνειδητοποιήσουμε ότι σήμερα βιώνουμε πράγματα που κι εμείς δεν επιθυμούμε, πρέπει να δούμε τις αρνητικές μας πεποιθήσεις και τα βιώματά μας που μας επηρεάζουν.

Οι μέθοδοι για να μετατρέψουμε τα αρνητικά βιώματα σε θετικά, για να θέσουμε καινούργιους στόχους, να διορθώσουμε και να ξεπεράσουμε όσα μας πλήγωσαν και να δημιουργήσουμε ένα περιβάλλον στο οποίο θα νιώθουμε ασφάλεια, είναι η δημιουργία μιας υγιούς ζωής, με αγάπη κι ηρεμία. Αυτό επιτυγχάνεται μέσω της σωστής εκπαίδευσης και των σωστών μεθόδων. Αρχικά πρέπει ένα άτομο να μάθει να αγαπά τον εαυτό του κι αυτό δεν είναι καθόλου εγωιστικό. Εάν αγαπήσεις τον εαυτό σου, θα μπορείς κι εσύ να προσφέρεις αγάπη αληθινή και όχι συμφεροντολογική. Όταν αγαπάς τον εαυτό σου, θα τον φροντίζεις και θα προσφέρεις σε σένα ό,τι είναι καλύτερο. Επομένως θα βάζεις τα όριά σου και δεν θα επιτρέπεις να συμβούν πράγματα που σε πληγώνουν, σε μειώνουν, σε στεναχωρούν, σε φέρνουν σε δυσχερή ψυχολογική κατάσταση ή σε στιγματίζουν αρνητικά, επηρεάζοντάς σε λανθασμένα και περιορίζοντας τα επόμενα βήματα της ζωής σου.

Δίδαγμα, λοιπόν, αυτής της συζήτησης, που γίνεται στα πλαίσια του έργου που επιτελεί ο οργανισμός Cyprus says NO MORE, είναι ότι πρέπει να υπάρχει αφύπνιση και σωστή ενημέρωση για ζητήματα ενδοοικογενειακής και σεξουαλικής βίας.

Αν χρειάζεστε κι εσείς βοήθεια και στήριξη στην προβολή του έργου σας, που αντιστοιχεί στις αρμοδιότητες μας, επικοινωνήστε με την Klaketacy productions και μέσω των δικών μας αρμοδιοτήτων θα σας την παρέχουμε, στο info@klaketacy.com ή στο +35799408761.