

אלימות בזוגיות – הגדרה

אלימות בזוגיות היא תופעה חברתית המתקיימת בכל חלקי החברה, מחירה החברתיים, המשפחתיים והאישיים כבדים ויש דחיפות וחיובות לפעולה נרחבת לשם מניעתה.

אלימות בזוגיות לובשת צורות מגוונות אשר המשותף לכולן הוא התנהגות כוחנית, יחסי שליטה ויצירת תלות, הטלת מורא, השפלה - הגורמים לצמצום משמעותי של מרחב ההחלטה והפעולה של אחד מבני הזוג, לרוב האישה, ומביאים לכדי פגיעות נפשיות ופיזיות. התנהגויות כאלה יכולות להתקיים בכל סוג של מערכת זוגית, בין בני זוג בהווה, במהלך פרידה וגם לאחריה.

התנהגויות המאפיינות אלימות בזוגיות

אלימות בזוגיות באה לידי ביטוי במגוון רחב של התנהגויות, במרחב הפיזי ובמרחב הווירטואלי, כולל ניצול של מגוון טכנולוגיות (אלימות טכנולוגית). התנהגויות כאלה יכולות להיות בין השאר:

התעללות רגשית - באמצעות ביקורת מתמדת, שימוש בעלבונות, בהשפלות, בקללות, בהרמת קול, בגערות, וכן בהתעלמות ובמניפולציות ובמשחקי כוח.
אלימות כלכלית - השתלטות על המשאבים הכלכליים המשותפים של בני הזוג, הסתרת מידע עליהם או על אופן השימוש בהם, ומניעה של עצמאות בשימוש בהם, כאמצעי לשליטה, ליצירת תלות או להתעללות.

בידוד חברתי - הרחקה או בידוד של בן או בת הזוג ממשפחה, חברים והסביבה הרחבה; הגבלת תנועה ומעקב אחר תנועותיהם, לרבות ברשתות חברתיות ובמגוון טכנולוגיות נוספות.

שתלטנות קיצונית - כפיית הצרכים או הרצונות של בן או בת הזוג על ידי איומים, או במניפולציות רגשיות; התנהגויות תכופות של חשדנות וקנאה המביאות להצרת צעדים; הגבלת גישה למשאבים של השכלה, תעסוקה, בריאות, תרבות; וכן מגוון התנהגויות שתלטניות וכובלות נוספות.

אלימות דתית ורוחנית - שימוש בדת להתעללות, השפלה ושליטה; הקטנת הערך או הגבלה של העשייה הרוחנית או הדתית; או גרימת עבירה דתית.

אלימות מינית - פעולה בעלת אופי מיני, הנעשית ללא הסכמה או בניגוד לרצון הכן, או כאשר ההסכמה נכפית באמצעות איומים, הפעלת כוח או באמצעות מניפולציות, תוך פגיעה באוטונומיה של בן או בת הזוג על גופם.

אלימות פיזית - שימוש בכוח על מנת לפגוע בגוף או ליצור איום על תחושת הביטחון הפיזי של בת או בן הזוג. לרבות אלימות נגד חפצים, רכוש, חיות מחמד ואף הצגת כלי נשק.

סוגי אלימות נוספים - עשויים לכלול שימוש מניפולטיבי במערכות רווחה, דת, משפט ואחרות כדרך להתעללות ושליטה; סרבנות גט; שימוש מניפולטיבי בילדים; ניצול תלות הנובעת מהעדר מעמד אזרחי לכפיה ושליטה; ועוד.

תיאור ההשלכות והמחירים שגובה האלימות

אלימות בזוגיות גורמת לפגיעות בגוף ובנפש אצל הצד הנפגע ואצל שאר בני המשפחה, בדגש הילדים, בטווח המיידי ובטווח הארוך. החוויה העיקרית של הקורבנות היא חיים במתח, פחד ודריכות מתמשכים שתוצאתם פגיעות בדימוי העצמי, אובדן וצמצום העצמיות, חוסר אונים, פגיעה בשגרת החיים, הימנעות מהחלטות ופעולות, האשמה עצמית, בדידות, חוסר יכולת לצפות פני עתיד, חרדה מתמדת, עייפות ופגיעה בבריאות. ההשלכות של חוויות אלה יכולות להופיע שנים לאחר מכן כתגובות פוסט טראומטיות. ילדים החשופים לאלימות זו עלולים להיפגע במגוון תחומי החיים וכבוגרים הם נוטים יותר למעורבות במערכות יחסים אלימות, אם כפוגעים ואם כנפגעים.

הקשר החברתי של התופעה והשלכותיה הרחבות

ישנם גורמים חברתיים המעצבים את התופעה ואת ההתנהגות האלימה כמו נורמות חברתיות ותרבותיות הנוגעות לזוגיות ומשפחה, רמות אלימות כלליות בחברה, תפיסות של גבריות ונשיות ופערי כוח ואי שוויון חברתי, כלכלי ופיזי בין גברים ונשים. לצד ההשלכות לפרט ולסביבתו יש לאלימות בזוגיות השלכות לכלל החברה, היא משמרת ומעצימה יחסי כוח בין מגדריים, פוגעת בפריון העבודה ובצמיחה כלכלית ויוצרת נטל על מערכות הבריאות, הרווחה, האכיפה, המשפט והחינוך.

תיאור התופעה על פני רצף של היקף וחומרה

התנהגויות רבות של אלימות עלולות להתפתח כהתנהגויות נורמטיביות בתוך זוגיות: התנהגות כובלת כביטוי של דאגה, קנאה אובססיבית כהתנהגות חיזור, תלות מטרידה שנתפסת כאהבה גדולה. סמנים מבחינים בין מצב של אלימות בזוגיות לבין מתחים וקונפליקטים אחרים יכולים להיות בין היתר - תחושות הצד הנפגע בצורך להיות זהירים, במילים ובמעשים, "הליכה על קצות האצבעות", הסתרה מפני הקרובים ותחושות בושה ואשמה. התנהגויות אלה נוטות לעבור הסלמה הדרגתית, תוך עלייה בתדירות, בהיקף ובחומרה. הסלמה זו מלווה לעיתים קרובות בעליה ברמת הסיכון, בתחושות של הגבלה ודיכוי, פחד וחרדה, תחושת אובדן ערך ואף הסתגרות ופרישה מאורחות החיים הקודמים (עבודה, חברים, קהילה רוחנית וכו').

הכוחות שמשמרים את התופעה של אלימות בזוגיות

אלימות בזוגיות נמשכת כיון שיש כוחות של השתקה, שמירת סוד ומעריך "הצדקות" אשר מאפשרים את קיומה ואת הסלמתה בתוך המערכת הזוגית. שתיקת הצד הנפגע קשורה בדינמיקה של יחסים אלימים שלרוב כוללת מחוות פיוס, המשמרות את התקווה לשינוי. היא גם מושפעת מתחושות אשמה, מפחד, בושה, תלות רגשית, תלות כלכלית, חשש לשלום הילדים, כמו גם מצורך להיענות לציפיות שהמשפחה, הקהילה והחברה משדרות. שתיקתו של הצד הפוגע מושפעת מבושה, רצון לשמור על הסטטוס האישי, על דימוי העצמי וכתוצאה מיחסי תלות ומפגיעות. היא מלווה לעיתים במעריך של הכחשות והצדקות תוך השלכת האשמה על הקורבן. הסביבה שותקת, ולעיתים משתיקה, משתפת פעולה או מצדיקה את ההתנהגות האלימה מסיבות שונות, בהן חוסר מודעות באשר למאפייני התופעה, פחד, חוסר אונים, חוסר ידיעה באשר למענים הקיימים, הימנעות מהתערבות במה שנתפס כמרחב הפרטי של בני הזוג, וגם מסורת, מנהגי תרבות, או הצדקות כמו "כבוד", "התנהגות רומנטית", והאשמת הקורבן.