

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ

Σχολή Επιστημών Υγείας

Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

ΑΦΗΓΗΜΑΤΙΚΗ ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ ΣΕ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΒΙΩΣΕΙ ΕΜΦΥΛΗ ΒΙΑ

των

ΚΑΜΝΑΚΗ ΜΑΡΙΑ & ΜΠΑΡΜΠΟΥΔΑΚΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ-ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ

Υποβλήθηκε ως απαιτούμενο για την απόκτηση του πτυχίου Κοινωνικής Εργασίας

ΗΡΑΚΛΕΙΟ 2025

Copyright@2024 Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας, ΣΕΥ, ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ.

https://www.hmu.gr/sw

Το περιεχόμενο της συγκεκριμένης Π.Ε. αποτελεί πνευματική ιδιοκτησία των συγγραφέων, της επιβλέπουσας καθηγήτριας και του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας και προστατεύονται από τους νόμους περί πνευματικής ιδιοκτησίας (Νόμος 2121/1993 και κανόνες Διεθνούς Δικαίου που ισχύουν στην Ελλάδα).

ΔΗΛΩΣΗ ΑΚΑΔΗΜΑΪΚΗΣ ΔΕΟΝΤΟΛΟΓΙΑΣ

Οι υπογράφουσες φοιτήτριες του Τμήματος Κοινωνικής Εργασίας του ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ.

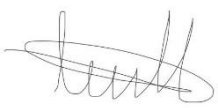
Μαρία Καμνάκη &

Χριστίνα-Ευαγγελία Μπαρμπουδάκη

Δηλώνουμε υπεύθυνα ότι η παρούσα πτυχιακή εργασία με τίτλο:

«Αφηγηματική συνέντευξη σε γυναίκες που έχουν βιώσει έμφυλη βία»

είναι, στο σύνολό της, προϊόν δικής μας δουλειάς και όλες οι πηγές που έχουν χρησιμοποιηθεί αναφέρονται πλήρως. Επίσης δηλώνουμε ότι δεν αποτελεί προϊόν οποιασδήποτε εξωτερικής μη αδειοδοτημένης βοήθειας και ότι δεν έχει υποβληθεί σε οποιοδήποτε ίδρυμα ή οργανισμό προς αξιολόγηση, ούτε έχει δημοσιευθεί στο παρελθόν μέρος αυτής ή στο σύνολό της.



Μαρία Καμνάκη



Χριστίνα-Ευαγγελία Μπαρμπουδάκη

Ευχαριστίες

Ευχαριστούμε το Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο και συγκεκριμένα το Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας για την ευκαιρία που μας έδωσε να ασχοληθούμε με το πολυδιάστατο φαινόμενο της έμφυλης βίας και την πολύτιμη βοήθεια του για την υλοποίηση της παρούσας πτυχιακής εργασίας.

Ευχαριστούμε την Dr. Denise Saint Arnault, Καθηγήτρια στη Σχολή Νοσηλευτικής του Πανεπιστημίου του Μίσιγκαν, για την εκπαίδευση που μας παρείχε στην Κλινική Εθνογραφική Αφηγηματική Συνέντευξη και την πηγαία στήριξή της κατά την διάρκεια της προσπάθειάς μας.

Ευχαριστούμε την επιβλέπουσα καθηγήτριά μας, Κλειώ Κούτρα, για την αμέριστη υποστήριξη, την απεριόριστη ευγένεια, κατανόηση και υπομονή της. Οι συμβουλές της, οι γνώσεις της και η συνεχής ανατροφοδότησή της υπήρξαν καθοριστικές για την πρόοδό και την ολοκλήρωση της εργασίας μας. Σας ευχαριστούμε μέσα από την καρδιά μας.

Ευχαριστούμε η μία την άλλη για την όμορφη συνεργασία, τη διαρκή κατανόηση και τη συναισθηματική στήριξη. Η παρούσα εργασία αποτελεί καρπό της αλληλοσυμπλήρωσης και της κοινής μας προσπάθειας, μέσα από όμορφες αλλά και απαιτητικές στιγμές, που όχι μόνο ενίσχυσαν τη συνεργασία μας, αλλά επισφράγισαν και μια ουσιαστική και πολύτιμη φιλία.

Τέλος, ευχαριστούμε θερμά όλες τις γυναίκες που συμμετείχαν στην ερευνά μας και μας έδειξαν εμπιστοσύνη. Αυτή η εργασία ανήκει σε εκείνες.

Μαρία & Χριστίνα

«…έστω και μια φορά να συμβεί, είναι μια φορά παραπάνω από ό,τι πρέπει…»

-Σ4

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Η παρούσα εργασία διερευνά την υποκειμενική εμπειρία των γυναικών που έχουν βιώσει έμφυλη βία, μέσα από τις προσωπικές τους αφηγήσεις. Στόχος είναι η κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι επιζήσασες αποτυπώνουν και νοηματοδοτούν το τραύμα τους σε συνάρτηση με την καθημερινότητά τους, το κοινωνικό τους περιβάλλον, το σώμα τους και τον εσωτερικό τους κόσμο. Η μελέτη υιοθετεί μια ανθρωποκεντρική προσέγγιση, δίνοντας προτεραιότητα στις ίδιες τις φωνές των γυναικών και στον τρόπο που οι ίδιες επιλέγουν να μιλήσουν για τις εμπειρίες τους, αξιοποιώντας την ποιοτική μεθοδολογία. Το υλικό συλλέχθηκε μέσω του εργαλείου της Κλινικής Εθνογραφικής Αφηγηματικής Συνέντευξης (Clinical Ethnographic Narrative Interview/CENI) και αναλύθηκε με τη μέθοδο της θεματικής ανάλυσης. Η ανάλυση επισήμανε ότι η βία δεν βιώνεται ως μεμονωμένα επεισόδια αλλά ως ένα συνεχές που διαπερνά διαφορετικές πτυχές της ζωής. Η διαδικασία της αφήγησης αποκάλυψε τους τρόπους με τους οποίους η βία επηρεάζει την καθημερινή εμπειρία, διαμορφώνει συναισθήματα φόβου, ελέγχου και σιωπής, αλλά ταυτόχρονα φέρνει στην επιφάνεια μικρές πράξεις αντοχής και αντίστασης. Έτσι, φάνηκε πως οι προσωπικές ιστορίες λειτουργούν ως δίαυλοι κατανόησης της πολυπλοκότητας του φαινομένου, αλλά και ως μέσα ενδυνάμωσης κατά τη διαδρομή των γυναικών προς την διεκδίκηση του αισθήματος της ασφάλειας, την επανανοηματοδότηση του εαυτού τους και την επανάκτηση της φωνής τους. Η μελέτη συμβάλλει στην κατανόηση της έμφυλης βίας ως δομικού φαινομένου και αναδεικνύει την αφήγηση ως εργαλείο κατανόησης, θεραπευτικής διαδικασίας και κοινωνικής αλλαγής, καθώς τα ευρήματα υπογραμμίζουν την ανάγκη ενίσχυσης πολιτικών και παρεμβάσεων που λαμβάνουν υπόψη την πολυδιάστατη εμπειρία των γυναικών.

Λέξεις κλειδιά: Έμφυλη βία, αφηγηματική συνέντευξη, CENI, κακοποίηση, γυναίκες.

ABSTRUCT

This paper explores the individualized experiences of women who endured gender-based violence, through their personal narratives. The aim is to understand how survivors capture and give meaning to their trauma in relation to their daily lives, their social environment, their bodies, and their inner world. The study adopts a human-centered approach, prioritizing the voices of women themselves and how they choose to speak about their experiences, utilizing qualitative methodology. The data were collected through the Clinical Ethnographic Narrative Interview (CENI) tool and analyzed using the thematic analysis method. The analysis highlighted that violence is not experienced as isolated incidents but as an ongoing pattern that permeates different aspects of life. The storytelling process highlighted the ways in which violence affects everyday experience, shaping feelings of fear, control, and silence, while bringing to light small acts of resilience and resistance. Thus, it appeared that personal stories serve as channels for understanding the complexity of the phenomenon, but also as means of empowerment during women's journey towards claiming a sense of security, reinterpreting themselves, and regaining their voices. The study contributes to the understanding of gender-based violence as a structural phenomenon and emphasizes storytelling as a tool for comprehension, therapeutic processing, and social change, as the findings underline the need to strengthen policies and interventions that acknowledge the multidimensional experiences of women.

Keywords: Gender-based violence, narrative interview, CENI, abuse, women.

ΠΙΝΑΚΑΣ ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΩΝ

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΕΙΚΟΝΩΝ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΩΝ 9

ΕΙΣΑΓΩΓΗ 10

Α' ΜΕΡΟΣ: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ 12

1. Η Έμφυλη βια 12
2. Τα ειδη και οι μορφες της εμφυλης βιας 12
3. Το φαινομενο της εμφυλης βιας παγκοσμιως 16
3.1.Παραδείγματα από άλλες χώρες *17*
4. Το φαινομενο της εμφυλης βιας στην Ελλαδα 18
4.1.Νομοθεσία *18*
4.2.Στατιστικά δεδομένα *19*
5. Ο θυτης 21
5.1.Χαρακτηριστικά και συμπεριφορές *21*
5.2.Προγράμματα παρέμβασης για τους θύτες *24*
6. Το θυμα 26
6.1.Χαρακτηριστικά και συμπεριφορές *26*
6.2.Παραμονή στο κακοποιητικό περιβάλλον *28*
6.3.Μηχανισμοί υποστήριξης θυμάτων έμφυλης βίας *30*
7. Η εννοια του τραυματος 31
8. Οι συνεπειες της εμφυλης βιας 34
8.1.Ψυχικές και ψυχολογικές *34*
8.2.Σωματικές συνέπειες *35*
8.3.Συνέπειες στην κοινωνική ζωή *35*
8.4.Οικονομικές συνέπειες *36*
8.5.Επαγγελματικες συνέπειες *36*
8.6.Κατάχρηση ουσιών και αυτοκτονικός ιδεασμός *37*
8.7.Μέτρα πολιτικής και νομοθεσίας για μείωση των συνεπειών *38*

ΜΕΡΟΣ Β': ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ 39

1. Σκοπος και στοχοι της μελετης 39
2. Εργαλειο συλλογης στοιχειων 40
3. Μεθοδος αναλυσης 41
4. Το δειγμα 41
5. Η δειγματοληψια 43
6. Ζητηματα ηθικης και δεοντολογιας 43
7. Δυσκολιες και τροποι αρσης τους 43

ΜΕΡΟΣ Γ': ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΩΝ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ 44

1. Καθημερινη ζωη και ρολοι 48
1.1.Τυπική εβδομάδα *48*
1.2.Ρόλοι *49*
2. Κοινωνικο δικτυο 50
2.1.Περιγραφή του κοινωνικού δικτύου *50*
2.2.Ποιότητα των σχέσεων με το δίκτυο *51*
2.3.Πρόσωπα αναφοράς σε στιγμές ανάγκης *53*
3. Χαρτης Σωματος 53
3.1.Αναφορά στο σώμα *53*
3.2.Αναφορά στην ψυχολογία *55*
3.3.Αναφορά σε ψυχοσωματικά *56*
4. Γραμμη ζωης 57

4.1.Ψηλά σημεία ... *57*
4.2.Χαμηλά σημεία ... *59*
4.3.Τι βοήθησε την μετατόπιση από τα χαμηλά στα ψηλά σημεία ... *61*
5. ΝΟΗΜΑ ΧΑΜΗΛΟΥ ΣΗΜΕΙΟΥ – ΤΑΞΙΝΟΜΗΣΗ ΚΑΡΤΩΝ ... 63
5.1.Κάρτες συναισθημάτων και σωματικών συμπτωμάτων ... *63*
5.2.Ταξινόμηση καρτών ... *66*
5.3.Ονομασία χαμηλού σημείου ... *67*
5.4.Νόημα χαμηλού σημείου για τον εαυτό ... *67*
5.6.Νόημα χαμηλού σημείου για τους άλλους ... *68*
5.7.Δράσεις που βοήθησαν ... *69*
5.8.Συμβουλή ... *69*
6. Η ΠΕΡΙΟΔΟΣ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ... 70
6.1.Κακοποίηση ... *70*
6.2.Ο θύτης ... *76*
6.3.Η επιζήσασα ... *78*

ΜΕΡΟΣ Δ': ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ... **82**

1. ΣΥΖΗΤΗΣΗ ... 82
2. ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ ... 93

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ ... **95**

ΕΥΡΕΤΗΡΙΟ ΕΙΚΟΝΩΝ ΚΑΙ ΠΙΝΑΚΩΝ

Εικόνα 1: Δημογραφικά στοιχεία 42

Πίνακας 1: Είδη και μορφές της έμφυλης βίας 15
Πίνακας 2: Ποσοστά Συντροφικής και Μη Συντροφικής Βίας 16
Πίνακας 3: Βασικοί θεματικοί άξονες και κατηγορίες θεματικής ανάλυσης 44

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η έμφυλη βία αποτελεί μια βαθιά κοινωνική πραγματικότητα, η οποία επηρεάζει σε πολλαπλά επίπεδα τη ζωή των γυναικών που τη βιώνουν. Αν και τα τελευταία χρόνια έχει ενταχθεί στις κοινωνικές και πολιτικές συζητήσεις, η φωνή των ίδιων των επιζωσών εξακολουθεί να μην λαμβάνεται υπόψη ή να ακούγεται αποσπασματικά (Romero Gutiérrez et al., 2024). Έτσι, η ανάγκη ανάδειξης των προσωπικών τους αφηγήσεων καθίσταται επιτακτική.

Η συγκεκριμένη εργασία έχει ως κύριο μέλημα τη μελέτη της υποκειμενικής εμπειρίας των γυναικών που βιώνουν έμφυλη βία καθώς και την ανάδειξη των αντικειμενικών επιπτώσεων που οι ίδιες εντοπίζουν και καλούνται να διαχειριστούν στην καθημερινότητά τους. Η διερεύνηση της προσωπικής εμπειρίας δεν συμβάλλει μόνο στην κατανόηση του φαινομένου σε ατομικό επίπεδο, αλλά εμπλουτίζει και την ευρύτερη επιστημονική γνώση (Kenyon et al., 2020). Η καταγραφή των βιωμάτων των γυναικών επιτρέπει την προσέγγιση της βίας όχι μόνο ως νομικού και κοινωνιολογικού ζητήματος, αλλά και ως προσωπικής εμπειρίας τραύματος, επιβίωσης και ενίοτε μετατόπισης σε έναν νέο εαυτό.

Στο πλαίσιο αυτό, η αφηγηματική συνέντευξη, ως εργαλείο προσέγγισης, δίνει στις γυναίκες την ευκαιρία να μιλήσουν για τη διαδρομή τους, να δώσουν νόημα στις εμπειρίες τους και να διαμορφώσουν ξανά την εικόνα του εαυτού τους δίνοντας ονόματα, σχήματα και πλαίσιο σε όσα έχουν ζήσει τόσο ως επιζήσασες τις έμφυλης βίας όσο και ως κόρες, αδερφές, σύντροφοι, μητέρες, εργαζόμενες, *γυναίκες*. Η ανάδειξη των βιωμάτων τους συμβάλλει στη συνειδητοποίηση ότι πέρα από τον σωφρονισμό των δραστών και την μελέτη των συμπεριφορών τους, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να βρίσκουν αντίκρισμα και όσες φωνές γυναικών επιθυμούν να ακουστούν.

Από την πλευρά της κοινωνικής εργασίας, η αφήγηση αποτελεί ένα ισχυρό εργαλείο σύνδεσης με την επιζήσασα και την εμπειρία της (Riessman & Quinney, 2005). Μέσα από την αφήγηση ο κοινωνικός λειτουργός έχει την ευκαιρία να κατανοήσει σε βάθος το βίωμά της και να το αντιληφθεί ως μοναδικό και έγκυρο ώστε να δημιουργήσει μια σχέση εμπιστοσύνης, να προσφέρει ουσιαστική στήριξη και να αναπτύξει παρεμβάσεις με επίκεντρο την ίδια και τα αιτήματά της. Η κοινωνική εργασία, με τον ανθρωποκεντρικό της χαρακτήρα, αξιοποιεί την αφήγηση για να ενισχύσει την αυτονομία και τη φωνή των γυναικών, θυμάτων έμφυλης βίας. Η

δυνατότητα να πουν την ιστορία τους χωρίς διακοπή και συγκεκριμένη κατευθυντήρια δομή, αποτελεί πράξη αναγνώρισης και ενδυνάμωσης (Riessman & Quinney, 2005).

Υπό αυτό το πρίσμα, η συγκεκριμένη ποιοτική ερευνητική διαδικασία δεν ήταν μόνο μια πράξη επικοινωνίας, κατανόησης και συλλογής δεδομένων, αλλά και μια πράξη κοινωνικής ευθύνης. Οι γυναίκες που δέχτηκαν να συμμετέχουν μίλησαν με γενναιότητα, όχι μόνο για τις πληγές τους, αλλά και για τις αντοχές τους, τους μηχανισμούς αντίστασής τους και τα βήματα που ακολούθησαν, ή ακολουθούν ακόμα, προς την αποκατάσταση της προσωπικής και κοινωνικής τους ζωής, με την ελπίδα πως η εμπειρία τους μπορεί να δώσει κουράγιο ή να αφυπνίσει άλλες γυναίκες που βρίσκονται σε παρόμοια θέση.

Στο πρώτο μέρος της εργασίας γίνεται βιβλιογραφική ανασκόπηση του ζητήματος της έμφυλης βίας με στόχο να αναδειχθεί η γνώση και τα συμπεράσματα επιστημόνων που ασχολούνται με τις πολυδιάστατες πτυχές του φαινομένου. Στο δεύτερο κεφάλαιο αναφέρεται αναλυτικά η μεθοδολογία που ακολουθήθηκε στην συγκεκριμένη έρευνα καθώς και τα χαρακτηριστικά των γυναικών που συμμετείχαν. Ακολουθεί το τρίτος μέρος κατά το οποίο παρατίθεται η ανάλυση των συνεντεύξεων ενώ στο τέταρτο και τελευταίο μέρος της εργασίας παρουσιάζονται τα ζητήματα προς συζήτηση και τα συμπεράσματα**.**

Α' ΜΕΡΟΣ: ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΗ ΑΝΑΣΚΟΠΗΣΗ

1. Η Έμφυλη βία

Ο Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών, κρίνοντας απαραίτητη την διατύπωση ενός περιεκτικού ορισμού που να περιγράφει με σαφήνεια την έμφυλη βία, συγκάλεσε Γενική Συνέλευση. Το Άρθρο 1 της «Διακήρυξης για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών» ορίζει την έμφυλη βία ως κάθε πράξη βίας με βάση το φύλο, που έχει ως αποτέλεσμα ή ενδέχεται να οδηγήσει σε σωματική, σεξουαλική ή ψυχολογική βλάβη ή πόνο στις γυναίκες, συμπεριλαμβανομένων των απειλών για τέτοιες πράξεις, του εξαναγκασμού ή της αυθαίρετης στέρησης της ελευθερίας, είτε συμβαίνει στη δημόσια είτε στην ιδιωτική ζωή. Στη βία κατά των γυναικών περιλαμβάνεται κάθε μορφή σωματικής, σεξουαλικής και ψυχολογικής βίας που εκδηλώνεται στα πλαίσια της οικογένειας και της κοινότητας, και διαπράττεται ή ανέχεται από το κράτος. Οι γυναίκες, επιζήσασες της έμφυλης βίας, στερούνται θεμελιώδη ανθρώπινα δικαιώματα που αφορούν κάθε τομέα της ζωής τους (Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών [ΟΗΕ], 1993).

Το 2011 θεσπίστηκε η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης (Council of Europe, 2011). Πρόκειται για διεθνή συνθήκη του Συμβουλίου της Ευρώπης η οποία αποτελεί το πρώτο νομικά δεσμευτικό κείμενο στην Ευρώπη που αποσκοπεί στην πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας αναγνωρίζοντάς τες ως μορφές διάκρισης και παραβίασης των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Η Σύμβαση καλεί τα κράτη-μέλη να λάβουν συγκεκριμένα και αποτελεσματικά μέτρα για την πρόληψη της βίας υιοθετώντας μια συνολική και συντονισμένη προσέγγιση που βασίζεται σε τέσσερις βασικούς πυλώνες: την πρόληψη, την προστασία, την δίωξη και την εφαρμογή ολοκληρωμένων πολιτικών ισότητας των φύλων (Council of Europe, 2011). Οι διατάξεις της Σύμβασης καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα μορφών έμφυλης βίας, γεγονός που καθιστά χρήσιμη τη διερεύνηση των επιμέρους εκδηλώσεών της.

2. Τα είδη και οι μορφές της έμφυλης βίας

Το Συμβούλιο της Ευρώπης (2019) διακρίνει πέντε είδη βίας: την σωματική βία, τη λεκτική βία, την ψυχολογική βία, την σεξουαλική βία και την κοινωνικοοικονομική βία. Αναγνωρίζει, ακόμα, την ενδοοικογενειακή βία και την παρενόχληση ως δύο επιπλέον κατηγορίες βίας οι οποίες όμως μπορούν περικλείουν και τα πέντε προαναφερθέντα είδη (Council of Europe, 2019).

Η σωματική βία περιλαμβάνει κάθε πράξη σωματικής κακοποίησης που έχει ως σκοπό την πρόκληση πόνου, δυσφορίας και σωματικής βλάβης στο άτομο το οποίο ασκείται (Κέντρο Διοτίμα, 2022). Πιο συγκεκριμένα, εκδηλώνεται μεταξύ άλλων με την μορφή ξυλοδαρμού, με καψίματα, κλωτσιές, γροθιές, δάγκωμα, ακρωτηριασμό, δολοφονία, χρήση αντικειμένων ή όπλων και άλλα (Council of Europe, 2019).

Η ψυχολογική βία αναφέρεται σε μία διαδικασία, κατά την οποία το άτομο υποβάλλεται σε μια συναισθηματικά επώδυνη και βλαβερή για το ίδιο κατάσταση (Κέντρο Διοτίμα, 2022). Αυτό το είδος βίας συνήθως εμπεριέχεται σε όλα τα υπόλοιπα είδη, καθώς βασική επιδίωξη των θυτών είναι να ζημιώσουν την αξιοπρέπεια και την ακεραιότητα του θύματος (Council of Europe, 2019). Χαρακτηριστικά της βίας αυτής είναι οι συμπεριφορές ελέγχου, η δημιουργία ενοχών, η απομόνωση, η απειλητική συμπεριφορά, ο εκφοβισμός και οι προσβολές. (Council of Europe, 2019 · Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, 2023).

Η λεκτική βία χαρακτηρίζεται από λεκτικές επιθέσεις οι οποίες επαναλαμβάνονται συστηματικά και έχουν ως στόχο να προκαλέσουν φόβο και να ασκήσουν έλεγχο στον αποδέκτη. Κάποιος που ασκεί λεκτική κακοποίηση επιδιώκει να προσβάλει την αξιοπρέπεια του δέκτη χρησιμοποιώντας υποτιμητικές δηλώσεις, απειλές, εξυβρίσεις, προσβολές και δυσφήμιση, επιχειρώντας τον λεκτικό εξευτελισμό και την τρομοκράτηση του θύματος. Έτσι, φαίνεται πως συνδέεται άμεσα με την ψυχολογική κακοποίηση (Council of Europe, 2019 · Κέντρο Διοτίμα, 2022).

Από την άλλη, σεξουαλική βία αφορά την υποβολή του ατόμου σε οποιαδήποτε πράξη σεξουαλικού χαρακτήρα, η οποία είναι επιβλαβής και ανεπιθύμητη, και το άτομο δεν έχει συναινέσει εκούσια και ελεύθερα σε αυτή. (Κέντρο Διοτίμα, 2022) Σε αυτό το είδος βίας συμπεριλαμβάνεται ο βιασμός, η απόπειρα βιασμού, η κακοποίηση σχετικά με την αναπαραγωγή, όπως η αναγκαστική εγκυμοσύνη ή η άμβλωση (Council of Europe, 2019).

Παράλληλα, η κοινωνικοοικονομική βία επιδιώκει την εξάρτηση και την χειραγώγηση του θύματος από τον θύτη με την στέρηση υλικών αγαθών και υπηρεσιών. Με αυτό τον τρόπο ο κακοποιητής επιδιώκει να ελέγξει και να επιβάλλει την εξουσία του (Κέντρο Διοτίμα, 2022). Χαρακτηριστικά παραδείγματα αυτού του είδους βίας είναι η αφαίρεση των αποδοχών του θύματος, η στέρηση ενός ξεχωριστού εισοδήματος καθώς και ο αποκλεισμός από θέσεις εργασίας (Council of Europe, 2019).

Η ενδοοικογενειακή βία σύμφωνα με την Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης (2011) αφορά «πράξεις σωματικής, σεξουαλικής, ψυχολογικής ή οικονομικής βίας που συμβαίνουν εντός της οικογένειας ή της οικιακής μονάδας, μεταξύ πρώην ή νυν συζύγων ή συντρόφων, ανεξάρτητα από το αν ο δράστης μοιράζεται ή έχει μοιραστεί την ίδια κατοικία με το θύμα» (Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης, 2011). Η μορφή αυτή βίας περιλαμβάνει και τον συζυγικό βιασμό, τον ξυλοδαρμό, την σεξουαλική και σωματική κακοποίηση. Αξίζει να σημειωθεί ότι καθώς η ενδοοικογενειακή βία λαμβάνει χώρα στον ιδιωτικό κόλπο της οικογένειας είναι ακόμα πιο δύσκολο να αναγνωριστεί (Council of Europe, 2019).

Η παρενόχληση ορίζεται ως «μια ανεπιθύμητη συμπεριφορά που σχετίζεται με το φύλο ενός ατόμου, συμβαίνει με σκοπό ή αποτέλεσμα την παραβίαση της αξιοπρέπειας του και τη δημιουργία εκφοβιστικού, εχθρικού, εξευτελιστικού, ταπεινωτικού ή επιθετικού περιβάλλοντος» (Council of Europe, 2019). Όταν η συμπεριφορά αυτή εμπεριέχει λεκτική, μη λεκτική ή σωματική μορφή και έχει σεξουαλικό χαρακτήρα, θεωρείται σεξουαλική παρενόχληση (Council of Europe, 2019). Η παρενόχληση συχνά συναντάται και στο εργασιακό περιβάλλον κυρίως με την μορφή της σεξουαλικής παρενόχλησης, είτε από εργοδότες, είτε από προϊσταμένους, είτε από συναδέλφους. Η συμπεριφορά αυτή χρησιμοποιείται με εκβιαστικό τρόπο για την επαγγελματική κατάρτιση ή τον μισθό του θύματος (Κέντρο Διοτίμα, 2022).

Μία ακόμα μορφή βίας, είναι η διαδικτυακή κακοποίηση (cyber violence), κατά την οποία ο θύτης χρησιμοποιεί το διαδίκτυο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης με σκοπό να βλάψει το άλλο άτομο (Udo & Bagchi, 2020). Η βλάβη αυτή είναι κυρίως ηθική και ψυχολογική και εκδηλώνεται μέσω εχθρικών, απειλητικών ή εκφοβιστικών μηνυμάτων ή μέσω ανάρτησης υλικού που αφορά το θύμα χωρίς την έγκρισή του (Udo & Bagchi, 2020).

Από την άλλη, η παρενοχλητική παρακολούθηση (stalking) αφορά μια επίμονη και επαναλαμβανόμενη συμπεριφορά την οποία το θύμα δεν επιθυμεί και η οποία έχει σκοπό να του προκαλέσει τρόμο και φόβο (Κέντρο Διοτίμα, 2022). Παραδείγματα αυτής της συμπεριφοράς είναι τα επίμονα τηλεφωνήματα και μηνύματα, η παρακολούθηση και οι εκδικητικές συμπεριφορές (Κέντρο Διοτίμα, 2022).

Στις μορφές έμφυλης βίας συγκαταλέγεται και ο καταναγκαστικός γάμος. Στην περίπτωση αυτή, η διεξαγωγή του γάμου γίνεται χωρίς την ελεύθερη συγκατάθεση και των δύο πλευρών αλλά με την χρήση πιεστικών χειρισμών. (Κέντρο Διοτίμα, 2022).

Ο ακρωτηριασμός των γυναικείων γεννητικών οργάνων που εφαρμόζεται σε κάποιες χώρες και πολιτισμούς θεωρείται ακόμα μία μορφή βίας. Η πράξη αυτή παραβιάζει τα ανθρώπινα δικαιώματα και είναι επιβλαβής για την σωματική και ψυχική υγεία των γυναικών αλλά και για την σεξουαλική τους ζωή (Κέντρο Διοτίμα, 2022).

Πίνακας 1: Είδη και μορφές της έμφυλης βίας

Μορφή Βίας	**Ορισμός**	**Βασικά χαρακτηριστικά / Παραδείγματα**	**Διαφοροποίηση**
Σωματική	Πρόκληση σωματικής βλάβης	Ξυλοδαρμός, κλωτσιές, χρήση όπλων	Εμφανής σωματική κακοποίηση
Ψυχολογική	Πρόκληση φόβου, μείωση αξιοπρέπειας	Έλεγχος, απομόνωση, εκφοβισμός	Συχνά εμπεριέχεται σε όλα τα άλλα είδη
Λεκτική	Επαναλαμβανόμενες λεκτικές επιθέσεις	Εξυβρίσεις, απειλές, προσβολές	Συγγενεύει με την ψυχολογική, αλλά επικεντρώνεται στον λόγο
Σεξουαλική	Ανεπιθύμητη πράξη σεξουαλικού χαρακτήρα χωρίς συναίνεση	Βιασμός, απόπειρα βιασμού, εξαναγκαστική εγκυμοσύνη	Διαφέρει από την παρενόχληση γιατί περιλαμβάνει άμεση πράξη
Κοινωνικοοικονομική (ή Οικονομική)	Στέρηση πόρων για έλεγχο του θύματος	Αφαίρεση εισοδήματος, αποκλεισμός από εργασία	Εστιάζει στην οικονομική εξάρτηση
Ενδοοικογενειακή	Βία εντός οικογένειας/οικιακής μονάδας	Σωματική, σεξουαλική, ψυχολογική, οικονομική βία	«Ομπρέλα» μορφή – αφορά το πλαίσιο
Παρενόχληση	Ανεπιθύμητη συμπεριφορά που παραβιάζει την αξιοπρέπεια	Εχθρικό/εξευτελιστικό περιβάλλον, σεξουαλική παρενόχληση	Συχνή σε εργασιακό χώρο

Cyber violence (διαδικτυακή κακοποίηση)	Χρήση διαδικτύου για βλάβη	Απειλητικά μηνύματα, δημοσιοποίηση υλικού	Νέα μορφή, κυρίως ψυχολογική
Stalking (παρενοχλητική παρακολούθηση)	Επίμονη ανεπιθύμητη παρακολούθηση	Συνεχή τηλεφωνήματα, παρακολούθηση, εκδίκηση	Σκοπός η πρόκληση φόβου
Καταναγκαστικός γάμος	Γάμος χωρίς ελεύθερη συναίνεση	Πίεση, εξαναγκασμός	Παραβιάζει θεμελιώδη δικαιώματα
Ακρωτηριασμός γυναικείων γεννητικών οργάνων (FGM)	Αφαίρεση/τραυματισμός γεννητικών οργάνων	Πολιτισμικές πρακτικές, μόνιμη σωματική/ψυχική βλάβη	Μορφή βίας με πολιτισμικό υπόβαθρο

3. Το φαινόμενο της έμφυλης βίας παγκοσμίως

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ, 2021), η βία κατά των γυναικών είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο που πλήττει την δημόσια υγεία. Καταγράφεται πως, παγκοσμίως, το 27% των γυναικών ηλικίας 15 έως 49 ετών έχουν υποστεί σωματική ή/και σεξουαλική βία από τον σύζυγο/σύντροφό τους τουλάχιστον μία φορά στη ζωή τους. Την ίδια στιγμή, το ποσοστό των γυναικών της ίδιας ηλικίας, που έχουν υποστεί σεξουαλική βία από κάποιο πρόσωπο πέραν του συντρόφου τους, αναγράφεται στο 6% (ΠΟΥ, 2021).

Πιο αναλυτικά, τα μεγαλύτερα ποσοστά συντροφικής βίας εντοπίζονται στις αναπτυσσόμενες χώρες, στο 37% και σε τρεις από τις υπό-περιφέρειες της Ωκεανίας, που κυμαίνονται από το 39% έως το 51% (ΠΟΥ, 2021). Στις αναπτυγμένες χώρες, το ποσοστό αυτό ανέρχεται στο 22%. Σχετικά με την μη συντροφική, σεξουαλική βία, η μεγαλύτερη συχνότητα παρατηρείται σε αναπτυγμένες χώρες, με το ποσοστό της Αυστραλίας και της Νέας Ζηλανδίας να ανέρχεται στο 19% και της Βόρειας Αμερικής στο 15% (ΠΟΥ, 2021).

Πίνακας 2: Ποσοστά Συντροφικής και Μη Συντροφικής Βίας

Ποσοστά Συντροφικής Βίας		**Ποσοστά Μη Συντροφικής Βίας**	
Αναπτυσσόμενες χώρες	37%	Αυστραλία & Νέα Ζηλανδία	19%

Υπο-περιφέρειες της Ωκεανίας	39%-51%	Βόρεια Αμερική	15%
Αναπτυγμένες χώρες	22%		

Μέσα από σύγκριση ερευνών σχετικά με τη σεξουαλική βία φαίνεται ότι μία στις τρεις γυναίκες, παγκοσμίως, έχουν κακοποιηθεί σεξουαλικά κάποια στιγμή στη ζωή τους. Λαμβάνοντας υπόψη, μελέτες που καταγράφηκαν από το 2001 έως το 2009 καθώς και από το 2010 έως το 2019, διαπιστώθηκε όταν υπήρξε αύξηση στα ποσοστά της σεξουαλικής βίας κατά την δεύτερη δεκαετία, ενώ τα ποσοστά αυτά είχαν μεγαλύτερη επικράτηση στις αναπτυσσόμενες χώρες. (Li κ.ά., 2023).

Ακόμα, κατά τη διάρκεια του 2022, καταγράφηκαν παγκοσμίως περίπου 48.800 δολοφονίες γυναικών με τους θύτες να προέρχονται τόσο από το οικογενειακό όσο και από το συντροφικό τους περιβάλλον. Αυτό σημαίνει ότι, αναλογικά, κάθε μέρα του έτους δολοφονούνταν περισσότερες από 133 γυναίκες. (United Nations Office on Drugs and Crime [UNODC], 2023).

3.1.Παραδείγματα από άλλες χώρες

Λαμβάνοντας υπόψη το θεσμικό και κοινωνικό υπόβαθρο κάθε χώρας, παρατηρούνται αρκετές διαφορετικές προσεγγίσεις ως προς το νομικό πλαίσιο που υιοθετείται παγκοσμίως σχετικά με την αντιμετώπιση της έμφυλης βίας. Η Ισπανία, για παράδειγμα, εφαρμόζει ένα ιδιαίτερα σύγχρονο και εξειδικευμένο νομικό πλαίσιο. Ο Οργανικός Νόμος 1/2004 προβλέπει μέτρα για την πρόληψη της βίας, τη δίωξη των δραστών και την υποστήριξη των επιζωσών μέσα από την λειτουργία εξειδικευμένων δικαστηρίων και κοινωνικών δομών καθώς και προγραμμάτων επανένταξης (EIGE, 2024). Η αποτελεσματικότητα των μέτρων αυτών ενισχύεται από τη συμμετοχή της χώρας στη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης και από το υψηλό ποσοστό εφαρμογής νομικών μέτρων υπέρ της ισότητας των φύλων (UN Women, 2024).

Αντίστοιχα, το Ηνωμένο Βασίλειο έχει, επίσης, προοδεύσει όσον αφορά την αντιμετώπιση της έμφυλης βίας καθώς το 2021, με την ψήφιση του Νόμου περί ενδοοικογενειακής κακοποίησης, προχώρησε στην ποινικοποίηση της ψυχολογικής βίας και του καταναγκαστικού ελέγχου (UK Government, 2021).

Από την άλλη, ο Καναδάς δεν έχει κατοχυρώσει ξεχωριστό αδίκημα για την ενδοοικογενειακή βία και οι πράξεις αυτές διώκονται μέσω των γενικών διατάξεων του Ποινικού Κώδικα που αφορούν, για παράδειγμα, την επίθεση, την σεξουαλική επίθεση

και τον ξυλοδαρμό (Goverment of Canada, 2024). Παρά το γεγονός αυτό, έχουν υιοθετηθεί εθνικά μέτρα δράσης όπως η στρατηγική It's Time (2017) και το Εθνικό Σχέδιο Δράσης (2022) τα οποία προωθούν την πρόληψη, την υποστήριξη των επιζωσών και την ενίσχυση της δικαιοσύνης μέσω ευαισθητοποίησης, χρηματοδότησης υπηρεσιών και συνεργασίας με Ιθαγενείς κοινότητες στοχεύοντας στην ολιστική εξάλειψη της έμφυλης βίας σε εθνικό επίπεδο (Goverment of Canada, 2017· 2022).

Στην Ινδία, παρά την ύπαρξη του Νόμου για την Προστασία των Γυναικών από την Ενδοοικογενειακή Βία του 2005, ο οποίος θεωρητικά παρέχει ποινική και πολιτική προστασία, η εφαρμογή του φαίνεται να αποδυναμώνεται λόγω των βαθιά ριζωμένων πατριαρχικών δομών, των πολιτισμικών στερεοτύπων και παραδόσεων όπως η προίκα (UN Women India, 2024). Τέλος, η Τουρκία, παρότι θεσμοθέτησε τον Νόμο 6284/2012 για την προστασία των γυναικών (UN Women Turkey, 2024), προκάλεσε έντονη διεθνή ανησυχία όταν αποσύρθηκε από τη Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης το 2021, μία κίνηση που εξέγειρε αμφιβολίες για τη πολιτική στάση της Τουρκίας γύρω από το ζήτημα της έμφυλης βίας και την ευρύτερη στάση της γύρω από τα δικαιώματα των γυναικών (Council of Europe, 2021).

Η παραπάνω σύγκριση δείχνει ότι οι χώρες με πιο αυστηρούς και ειδικούς νόμους, όπως η Ισπανία και το Ηνωμένο Βασίλειο, έχουν καλύτερη προετοιμασία για να βοηθήσουν τα θύματα και να τα προστατεύσουν. Αντίθετα, σε χώρες όπου η εφαρμογή των νόμων είναι πιο αδύναμη, εξαιτίας κοινωνικών ή πολιτικών προβλημάτων, η προστασία των θυμάτων είναι αμφισβητήσιμη και χρίζει διερεύνησης από μέρους της εκάστοτε πολιτείας.

4. Το φαινόμενο της έμφυλης βίας στην Ελλάδα

4.1.Νομοθεσία

Η καταπολέμηση της έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας στην Ελλάδα βασίζεται σε ένα διαρκώς εξελισσόμενο νομικό πλαίσιο, που στοχεύει στην προστασία των θυμάτων. Η πρώτη σημαντική νομοθετική παρέμβαση ήρθε με τον Νόμο 3500/2006, ο οποίος αναγνώρισε για πρώτη φορά την ενδοοικογενειακή βία ως ποινικό αδίκημα και εισήγαγε ρυθμίσεις για την προστασία των θυμάτων, ιδίως σε περιπτώσεις σωματικής, σεξουαλικής ή ψυχολογικής κακοποίησης εντός του οικογενειακού πλαισίου (Νόμος 3500/2006).

Σε συνέχεια αυτής της προσέγγισης, ο Νόμος 4604/2019 ενίσχυσε το πλαίσιο για την προώθηση της ουσιαστικής ισότητας των φύλων, προβλέποντας δομές στήριξης

για τα θύματα έμφυλης βίας, όπως ξενώνες φιλοξενίας και συμβουλευτικά κέντρα, ενώ ταυτόχρονα ενίσχυσε τις πολιτικές ένταξης της διάστασης του φύλου σε όλους τους τομείς δημόσιας δράσης (Νόμος 4604/2019).

Παράλληλα, η μεταρρύθμιση του Ποινικού Κώδικα με τον Νόμο 4619/2019 αποτέλεσε σημαντικό βήμα στην ενίσχυση της ποινικής προστασίας απέναντι σε εγκλήματα όπως ο βιασμός και η κακοποίηση ευάλωτων ομάδων. Οι νέες διατάξεις ενδυναμώνουν το νομικό οπλοστάσιο της Πολιτείας ενάντια στη σεξουαλική βία και την προσβολή της γενετήσιας αξιοπρέπειας (Νόμος 4619/2019).

Η ανάγκη αυστηρότερης αντιμετώπισης των εγκλημάτων έμφυλης βίας επανήλθε έντονα στο προσκήνιο με την αύξηση των περιστατικών γυναικοκτονιών, γεγονός που οδήγησε στην ψήφιση του Νόμου 4855/2021, ο οποίος τροποποίησε διατάξεις του Ποινικού Κώδικα και προέβλεψε αυστηρότερες ποινές για την ανθρωποκτονία με δόλο και άλλες σοβαρές εγκληματικές πράξεις. Αν και η γυναικοκτονία δεν έχει ακόμη αναγνωριστεί νομικά ως αυτόνομο αδίκημα, ο νόμος αυτός αποτελεί βήμα προς την αναγνώριση της έμφυλης διάστασης της βίας (Νόμος 4855/2021).

Τέλος, στο πεδίο της εργασίας, ο Νόμος 4808/2021 ρυθμίζει ζητήματα που αφορούν στη βία και παρενόχληση στον εργασιακό χώρο, ενσωματώνοντας τη Σύμβαση 190 της Διεθνούς Οργάνωσης Εργασίας (ILO). Ο νόμος αυτός προβλέπει μέτρα πρόληψης, μηχανισμούς καταγγελίας και υποχρεώσεις των εργοδοτών για την προστασία των εργαζομένων από σεξουαλική ή ψυχολογική παρενόχληση, εστιάζοντας ιδιαίτερα στη θέση των γυναικών στην αγορά εργασίας (Νόμος 4808/2021).

Συνολικά, το νομικό πλαίσιο στην Ελλάδα καταδεικνύει μία προοδευτική προσέγγιση στην αντιμετώπιση της έμφυλης βίας, αν και εξακολουθούν να υπάρχουν σημαντικές προκλήσεις στην πράξη, όπως η υποκαταγραφή των περιστατικών, οι δυσκολίες πρόσβασης στη δικαιοσύνη και η ανάγκη εξειδικευμένων μηχανισμών προστασίας και στήριξης των θυμάτων.

4.2.Στατιστικά δεδομένα

Σύμφωνα με στοιχεία της Ελληνικής Αστυνομίας που δημοσιεύτηκαν το 2022 στην 4η ετήσια έκθεση για την βία κατά των γυναικών στην Ελλάδα, καταγράφηκε σημαντική αύξηση των περιστατικών ενδοοικογενειακής βίας (Γενική Γραμματεία Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων, 2023). Το 2022, ο αριθμός των γυναικών - θυμάτων ενδοοικογενειακής βίας- ανήλθε στις 10.131, ενώ παρατηρήθηκε ραγδαία

αύξηση σε σχέση με το 2020, όταν ο αντίστοιχος αριθμός ήταν 4.171. Παράλληλα, 7.430 γυναίκες υπήρξαν θύματα σωματικής βίας από τους συντρόφους τους, σχεδόν οι διπλάσιες σε σχέση με τις 3.609 του 2020. Από την άλλη, ο αριθμός των θυμάτων ψυχολογικής βίας αυξήθηκε από 2,609 το 2020 στις 7.754 το 2022. Αντίστοιχη αύξηση παρατηρήθηκε και στην οικονομική βία, με 1.626 καταγεγραμμένα περιστατικά. Ακόμα, το 2022 σημειώθηκαν 542 περιπτώσεις σεξουαλικής βίας και 303 βιασμοί γυναικών, ενώ καταγράφηκαν 24 γυναικοκτονίες με δράστη τους συντρόφους των γυναικών αυτών, αριθμός τριπλάσιος με αυτόν του 2020 που ανερχόταν στις 8. Τέλος, το 2022 υπήρξαν 98 γυναίκες οι οποίες κατήγγειλαν περιστατικά παρενόχλησης στον εργασιακό χώρο, τα οποία αφορούσαν λεκτική, σωματική, ηθική, ψυχολογική, αλλά και σεξουαλική παρενόχληση. Οι δράστες ήταν εργοδότες στο 60% των περιπτώσεων και συνάδελφοι στο 40% (Γενική Γραμματεία Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων, 2023).

Παράλληλα, σύμφωνα με έρευνα που πραγματοποίησε το Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών στην Ελλάδα (2023), παρατηρείται ότι το 90,1% των γυναικών, έχει την πεποίθηση ότι η έμφυλη βία, στο πλαίσιο της συντροφικής σχέσης, είναι αρκετά ή πολύ συχνή, σε οποιαδήποτε μορφή της. Παράλληλα, η πιο συχνή μορφή βίας στις ενδοσυντροφικές σχέσεις, φαίνεται να είναι η ψυχολογική βία σε ποσοστό 40,4%. Συνεχίζοντας, σημειώνεται ότι το 42% των γυναικών που συμμετείχαν, έχουν υποστεί διάφορες μορφές βίας από τον σύντροφό τους. Αξίζει, επίσης, να σημειωθεί, ότι στις περιπτώσεις σωματικής βίας, το 20,4% των θυμάτων κακοποιήθηκε από τον σύντροφό του, ενώ στις περιπτώσεις σεξουαλικής βίας, στο 14,5% των αναφορών ο δράστης δεν ήταν ο σύντροφος. Σχετικά με τον εργασιακό χώρο, περισσότερες από 2 στις 5 συμμετέχουσες στην έρευνα δήλωσαν ότι έχουν βιώσει σεξουαλική παρενόχληση κάποια στιγμή κατά την επαγγελματική τους πορεία. Στο 45,1% των περιπτώσεων ο δράστης ήταν κάποιος άνδρας συνάδελφος, ενώ στο 41,9% κάποιος άνδρας σε υψηλότερη, ιεραρχικά, θέση από εκείνες. Μία ακόμα μορφή έμφυλης βίας που μελετήθηκε, ήταν αυτή της μη εμφανούς παρακολούθησης ή παρενόχλησης, με το 26,1% των γυναικών να έχουν υπάρξει θύματα αυτής της μορφής βίας (Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών [ΕΚΚΕ], 2023).

Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός που παρατηρήθηκε κατά την περίοδο την πανδημίας του Covid-19. Σε πολλές χώρες ανά τον κόσμο, σημειώθηκε σημαντική αύξηση στα περιστατικά ψυχολογικής και σεξουαλικής βίας αλλά και στα περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας κατά την περίοδο του εγκλεισμού. Ακόμα, οι έρευνες δείχνουν

ότι τα θύματα είχαν περιορισμένη ή και καθόλου πρόσβαση σε πηγές βοήθειας κατά την περίοδο αυτή (Thiel et al., 2022). Παρόμοια κατάσταση φαίνεται να καταγράφηκε και στην Ελλάδα καθώς υπήρξε αύξηση των περιστατικών ενδοοικογενειακής βίας και του αριθμού συζυγικών βιασμών που δηλώθηκαν το 2021 (Karakasi, 2024).

5. Ο θύτης

5.1.Χαρακτηριστικά και συμπεριφορές

Η ακριβής σκιαγράφηση του προφίλ ενός ανθρώπου που χρησιμοποιεί βία δεν είναι δυνατόν να πραγματοποιηθεί (Zabielska et al., 2018). Ωστόσο, μέσα από την επισκόπηση της βιβλιογραφίας διαπιστώνεται ότι το μεγαλύτερο ποσοστό των περιστατικών κακοποίησης ασκούνται από άνδρες (Berg et al., 2024· Roberto et al., 2013· Silva et al., 2024· Zabielska et al., 2018). Την ίδια στιγμή, οι έρευνες των Zabielska et al. (2018) και των Van Hoey et al. (2021) συμφωνούν πως οι ηλικίες των ατόμων που χρησιμοποιούν βία τείνουν, ως επί το πλείστον, να κυμαίνονται από τα 41 έως τα 60 έτη και αμέσως μετά από τα 19 έως τα 40. Οι θύτες συχνά χαρακτηρίζονται από την αδυναμία να συγκρατήσουν την οργή τους καθώς και από την έλλειψη αυτοπεποίθησης και αυτοεκτίμησης (Zabielska et al., 2018) ενώ εμφανίζουν και μέτριες μετρήσεις σχετικά με την ικανότητα να δείξουν ενσυναίσθηση (Echeburúa et al., 2003).

Σε αυτό το σημείο οι Verdú Delgado & Mañas Viejo (2017) συμφωνούν με τις παραπάνω έρευνες αναφέροντας πως ένα από τα πιο συχνά χαρακτηριστικά της προσωπικότητας των δραστών έμφυλης βίας, είναι η δυσκολία ανάληψης ευθύνης για τις πράξεις τους, καθώς αδυνατούν να αναγνωρίσουν πότε η συμπεριφορά τους είναι αντικειμενικά βίαιη και ποιες συνέπειες τη συνοδεύουν. Μεταξύ των ανδρών που ασκούν βία, παρατηρείται και η έντονη δυσκολία στη διατήρηση του αυτοελέγχου καθώς και η έλλειψη ενσυναίσθησης με τις ενδείξεις να αφορούν την αδυναμία δημιουργίας συναισθηματικά σταθερών σχέσεων που να χαρακτηρίζονται από εμπιστοσύνη, υποστήριξη και ευαισθησία (Verdú Delgado & Mañas Viejo, 2017). Ακόμα, είναι ιδιαίτερα σύνηθες να έχουν ιστορικό ψυχοπαθολογίας, να αντιμετωπίζουν οικονομικές δυσκολίες καθώς και να κάνουν εκτεταμένη χρήση αλκοόλ και ναρκωτικών (Zabielska et al., 2018).

Κατά την παρέμβασή τους σε άνδρες που είχαν καταδικαστεί για την άσκηση έμφυλης βίας, οι Van Hoey et al. (2021) διαπίστωσαν πως το 87,87% του δείγματος εμφάνισε τουλάχιστον μία διαταραχή προσωπικότητας. Έτσι, διέκριναν πως το πιο

συχνό προφίλ προσωπικότητας μεταξύ τους ήταν η καταναγκαστική προσωπικότητα με ποσοστό 63,63%. Ακολουθούσαν η υστερική και ναρκισσιστική προσωπικότητα με ποσοστό 36,36% και έπειτα η εξαρτημένη προσωπικότητα με 30,3%. Στην κλίμακα της παθολογικής προσωπικότητας, περισσότερο παρατηρήθηκε η παρανοϊκή διαταραχή κατά 33,33% (Van Hoey et al., 2021).

Παράλληλα, μέσα από την έρευνά τους, οι Patterson-Beaumont et al. (2024) επιβεβαίωσαν την υπόθεση ότι οι άνδρες που συγκεντρώνουν υψηλότερα σκορ στην κλίμακα της εχθρότητας απέναντι στις γυναίκες είναι και εκείνοι που προβαίνουν σε περισσότερες και πιο κρίσιμες μορφές συντροφικής βίας. Μεταξύ των μορφών αυτών αναφέρονται σοβαρά περιστατικά σωματικής και σεξουαλικής βίας καθώς και εξαναγκαστικού ελέγχου (Patterson-Beaumont et al., 2021).

Από την άλλη, έχει παρατηρηθεί πως ο σημερινός θύτης μπορεί να αποτελεί θύμα του παρελθόντος. Οι Tullio et al. (2021) υποστηρίζουν πως τα παιδιά που μεγαλώνουν σε κακοποιητικό περιβάλλον εμφανίζουν «αποδιοργανωμένη προσκόλληση» καθώς αντιμετωπίζουν δυσκολίες ως προς την κατανόηση του ψυχικού κόσμου των σημαντικών, για εκείνα, προσώπων αλλά και ως προς την επεξεργασία και την έκφραση των δικών τους συναισθημάτων. Πιο αναλυτικά, ένα παιδί που μεγαλώνοντας είναι παρατηρητής ή αποδέκτης της βίας τείνει να δείχνει επιφυλακτικότητα απέναντι στην πνευματική σύνδεση ενώ την ίδια στιγμή επιζητά την σωματική εγγύτητα με τα σημαντικά πρόσωπα του περιβάλλοντός του. Μέσα από αυτή την συναισθηματική απόσταση που έχει ανάγκη να δημιουργήσει για να προφυλάξει τον εαυτό του, εσωτερικεύει άθελά του τις συμπεριφορές και τα χαρακτηριστικά του κακοποιητικού φροντιστή και καταλήγει να αναπτύξει μια τρομερά δυσάρεστη εικόνα για τον εαυτό του που του προκαλεί δέος. Προκειμένου να διαχειριστεί την δυσχερή συναισθηματική κατάσταση στην οποία έχει επέλθει, αισθάνεται την ανάγκη να εξωτερικεύσει τον τρομερό, «εξωγήινο» εαυτό του. Κατά την προσπάθεια σύναψης διαπροσωπικών σχέσεων, η ανάγκη του αυτή είναι πιθανό να το μετατρέψει σε έναν βίαιο ενήλικα. Ο έντονος θυμός, σε συνδυασμό με το άγχος του αποχωρισμού από ένα αγαπημένο πρόσωπο και της δυσχέρειας για εξωτερίκευση του συναισθηματικού του κόσμου, σπρώχνουν το παιδί να γίνει ένας κακοποιητικός ενήλικας που αφενός έχει μεγάλη επιθυμία για σύνδεση, αφετέρου έντονη ανασφάλεια μην απορριφθεί από τον σημαντικό άλλο και ανάγκη να τον ελέγχει (Tullio et al., 2021).

Οι βίαιοι άνδρες συχνά χαρακτηρίζονται από χαμηλές πνευματικές ικανότητες (Fonagy, 1999). Η παρόρμηση τους για χρήση βίας γεννιέται μέσα από την αδυναμία

της συναισθηματικής τους έκφρασης. Την ίδια στιγμή, φαίνεται πως η εμφάνιση των κακοποιητικών συμπεριφορών είναι ανάλογη με το άγχος του αποχωρισμού όταν ένας άνδρας συνειδητοποιεί πως η αυτονομία της συντρόφου του αυξάνεται. Ο φόβος ότι θα τον αφήσει εντείνεται καθώς αντιλαμβάνεται ότι δεν εκπληρώνονται οι ανάγκες του για έλεγχο και επιβολή του εαυτού του. Έτσι, η ασφυκτική του ζήλια εκδηλώνεται μέσω της βίας με στόχο την επανάκτηση του ελέγχου και της ολικής κυριαρχίας του σώματος και της υπόστασης της συντρόφου υπό το πρίσμα της αγάπης και του πόθου (Fonagy, 1999).

Οι εκδηλώσεις της εγγύτητας γίνονται συχνά αντιληπτές από μέρους των δραστών ως παράγοντες που υποβαθμίζουν την αρρενωπότητά τους (Verdú Delgado & Mañas Viejo, 2017). Την ίδια στιγμή, ενσωματώνουν τις κοινωνικές νόρμες σύμφωνα με τις οποίες η γυναίκα πρέπει να εξουσιάζεται και να αναλαμβάνει την μεγαλύτερη ευθύνη για τα συναισθηματικά ζητήματα και τις διαπροσωπικές σχέσεις. Στο πλαίσιο αυτό, τους είναι φαινομενικά δύσκολο να αναπτύξουν σχέσεις στοργής και τρυφερότητας με την σύντροφό τους, διαστρεβλώνοντας την πραγματικότητα με τρόπο τέτοιο, ώστε η συμπεριφορά τους να γίνεται αντιληπτή ως αναγκαία (Verdú Delgado & Mañas Viejo, 2017).

Σε αυτό το σημείο οι Echeburúa et al. (2003) προσθέτουν πως οι βίαιοι άνδρες έχουν την ψευδαίσθηση πως η χρήση βίας είναι μια ενδεικτική μέθοδος επίλυσης προβλημάτων (Echeburúa et al., 2003). Οι Hamzeh et al. (2008) εντόπισαν πως περίπου το 70-75% των ανδρών που συμμετείχαν στην έρευνά τους συμφωνούν στο ότι υπάρχουν ορισμένες συμπεριφορές των συζύγων τους που πυροδοτούν τις δικές τους εκρηκτικές αντιδράσεις. Πιο αναλυτικά, ως πιο συχνές τέτοιες συμπεριφορές αναφέρουν το να είναι ανυπάκουες απέναντι τους, το να μην είναι ευχάριστες και κατάλληλα ντυμένες μπροστά σε άλλους, το να έχουν κάποια εξάρτηση ή ψυχική ασθένεια και το να αντιμετωπίζουν οικονομικές δυσκολίες ή να είναι άνεργες (Hamzeh et al., 2008).

Η Filippini (2005), μελετώντας τις κακοποιητικές σχέσεις μεταξύ ζευγαριών, χαρακτηρίζει τον βίαιο σύντροφο ως «διεστραμμένο». Σύμφωνα με την ιδιά, η διαστροφή του και η βιαιότητα του χαρακτήρα του βγαίνουν στο φως μόνο όταν συνδέεται με μια σύντροφο την οποία είναι σίγουρος ότι μπορεί να υποτάξει. Με άλλα λόγια, η διαστροφή τού τροφοδοτείται μέσα από την ίδια την σχέση και την γνώση ότι έχει απέναντι του έναν άνθρωπο τον οποίο μπορεί να εξουσιάσει, να χειριστεί και να εκμεταλλευτεί πλήρως ώστε να επιτύχει τους δικούς του σκοπούς (Filippini, 2005).

Σχετικά με αυτό, ο Fonagy (1999) αναφέρει πως είναι ιδιαίτερα συχνό οι βίαιοι άνδρες να αντιλαμβάνονται, εγωιστικά, την απαράδεκτη συμπεριφορά τους ως αποδεκτή ενώ ο Beck (2002) προσθέτει πως οι ίδιοι φαίνεται να πιστεύουν πως τα παράπονά τους είναι «νόμιμα» και, επομένως, η κακοποίηση που ασκούν δικαιολογημένη.

5.2.Προγράμματα παρέμβασης για τους θύτες

Ένα ιδιαίτερα διαδεδομένο μοντέλο, το οποίο ακολουθούν διαφορά προγράμματα παρεμβάσεων για κακοποιητές κυρίως στις Ηνωμένες Πολιτείες, είναι το μοντέλο Duluth. Το Duluth βασίζεται σε μια φεμινιστική, ψυχοεκπαιδευτική φιλοσοφία, με βάση την οποία, επιδιώκει, αρχικά, οι ίδιοι οι δράστες να αναγνωρίσουν τις επιθετικές τους συμπεριφορές και, στη συνέχεια, να τις αλλάξουν, απορρίπτοντας τις ιδέες περί ανδρικής κυριαρχίας (Herman et al., 2014). Σχεδιάστηκε για να έχει διάρκεια 26 εβδομάδων κατά τις οποίες οι άνδρες εκπαιδεύονται προκειμένου να μειώσουν την επιθετικότητά τους (Pence & Paymar, 1993). Έτσι, ακολουθεί στρατηγικές που στοχεύουν στην μείωση της συσσωρευμένης έντασης τους, στην ανάπτυξη κοινωνικών δεξιοτήτων και δεξιοτήτων επίλυσης προβλημάτων καθώς και στην αυστηρή εκπαίδευσή τους προκειμένου να αποβάλλουν τις στερεοτυπικές, πατριαρχικές αντιλήψεις τους σχετικά με το γυναικείο φύλο (Herman et al., 2014).

Φαίνεται πως επικρατεί διχογνωμία μεταξύ των ερευνητών σχετικά με τα κίνητρα και την αποτελεσματικότητα του μοντέλου. Χαρακτηριστικός είναι ο διάλογος που άνοιξε ανάμεσα στους Dutton & Corvo και Gondolf. Οι μεν υποστηρίζουν, μεταξύ άλλων, ότι το Duluth υστερεί σε ερευνητική υπόσταση και υιοθετεί μια υπεραπλουστευμένη αντίληψη γύρω από την βία κατά των γυναικών αναγνωρίζοντας την πατριαρχία ως την κύρια αιτία της και παραμερίζοντας άλλες κοινωνικές, ψυχολογικές και οικογενειακές παραμέτρους (Dutton & Corvo, 2006· 2007). Από την άλλη, ο Gondolf (2007) απαντάει χαρακτηρίζοντας τις παραπάνω τοποθετήσεις ως υπερβολικές, παραπλανητικές και επιλεκτικές κατά την διαμόρφωση της κριτηκής τους. Την ίδια στιγμή, επισημαίνει πως το μοντέλο Duluth είναι βασισμένο σε εμπειρική έρευνα και παρέχει σημαντική επιστημονική συνεισφορά στη γνώση γύρω από τα προγράμματα παρέμβασης για κακοποιητές (Gondolf, 2007).

Κατά την έρευνα τους, η Herman και οι συνεργάτες της (2014) εκτίμησαν τα αποτελέσματα ενός προγράμματος παρέμβασης βασισμένο στο μοντέλο Duluth. Στόχος τους ήταν να εξετάσουν τόσο τις αλλαγές στη συμπεριφορά των συμμετεχόντων, όσο και τα ποσοστά υποτροπής τους, περίπου εννέα χρόνια μετά την

παρακολούθηση του προγράμματος είτε κατάφεραν να το ολοκληρώσουν, είτε το εγκατέλειψαν. Έτσι, διαπίστωσαν πως το 37,8% από τους 103 συμμετέχοντες διέπραξε νέα εγκλήματα στο διάστημα που μεσολάβησε με τα πιο συχνά να είναι η βιαιοπραγία (36,4%), η παραβίαση περιοριστικών μέτρων για ενδοοικογενειακή βία (28,5%) και η βαριά επίθεση (11,3%). Το συνολικό ποσοστό υποτροπής για εκείνους που ολοκλήρωσαν το πρόγραμμα ήταν 39% και 37,7% για εκείνους που το εγκατέλειψαν. Την ίδια στιγμή, παρά το γεγονός ότι πολλοί από τους συμμετέχοντες δεν σταμάτησαν να ασκούν σωματική, λεκτική και ψυχολογική κακοποίηση καθώς και να διατηρούν επιζήμιες πεποιθήσεις για τις γυναίκες, τα γενικότερα αποτελέσματα έδειξαν ότι όσοι ολοκλήρωσαν το πρόγραμμα εμφάνισαν σημαντικές μειώσεις στις παραπάνω εκδηλώσεις της βίας. Οι ερευνητές, ωστόσο, αξιολογώντας τις μειώσεις αυτές συνδυαστικά με τα ποσοστά υποτροπής, κατέληξαν στο συμπέρασμα ότι υπάρχει ανάγκη για πιο αποτελεσματικές παρεμβάσεις από την συγκεκριμένη.

Ένα ακόμη, ιδιαίτερα διαδεδομένο, μοντέλο παρέμβασης σε θύτες είναι η Θεραπεία Αποδοχής και Δέσμευσης (ACT). Η ACT στοχεύει στην ενίσχυση της συνείδησης του δράστη και των ικανοτήτων του για αποδοχή μέσω της απόκτησης δεξιοτήτων και συμπεριφορών που συνδέονται με τις αξίες του και τον βοηθούν να έχει συναισθηματική ευελιξία στην καθημερινότητά του (Zarling and Berta, 2017). Μέσα από παραδοσιακές, γνωσιακό-συμπεριφορικές τεχνικές αλλά και πιο σύγχρονες, επιδιώκεται η μείωση των βλαβερών συμπεριφορών. Σε αυτό το πλαίσιο, η θεραπεία δεν αποσκοπεί στην εξάλειψη των δυσάρεστων εμπειριών, αλλά στην καλλιέργεια της ικανότητας του ατόμου να τις αποδέχεται, χωρίς αυτές να ορίζουν τη συμπεριφορά του, ενισχύοντας παράλληλα την επιλογή πράξεων που ευθυγραμμίζονται με τις προσωπικές του αξίες (Zarling and Berta, 2017).

Η εφαρμογή των αρχών της ACT σε δομημένα προγράμματα παρέμβασης έχει οδηγήσει στην ανάπτυξη εξειδικευμένων μοντέλων για δράστες ενδοοικογενειακής βίας. Ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι το πρόγραμμα ACTV (Acceptance and Commitment Therapy for Violence), το οποίο αξιοποιεί τις βασικές διαδικασίες της ACT και τις ενσωματώνει σε ένα οργανωμένο πλαίσιο ομαδικής παρέμβασης (Zarling et al., 2020). Περιλαμβάνει 24 εβδομαδιαίες, ομαδικές συνεδρίες, διάρκειας περίπου 90 λεπτών και μπορεί να υλοποιηθεί από κατάλληλα εκπαιδευμένο προσωπικό, ακόμη και εντός σωφρονιστικών υπηρεσιών. Στόχος του ACTV είναι να καλλιεργήσει την ψυχολογική ευελιξία και να ενισχύσει τη δέσμευση σε προσωπικές αξίες, ως βάση για βιώσιμη αλλαγή συμπεριφοράς. Διδάσκει δεξιότητες αποδοχής, αυτογνωσίας,

ρύθμισης συναισθημάτων και αποτελεσματικής επικοινωνίας μέσω βιωματικής μάθησης. Το πρόγραμμα αποτελεί μια εξέλιξη προηγούμενων μοντέλων (π.χ. CBT, Duluth), δίνοντας έμφαση στην προσαρμογή στο σωφρονιστικό πλαίσιο και στην κατανόηση της επιθετικότητας ως πολυπαραγοντικού φαινομένου (Zarling et al., 2020).

Σε μια μακροχρόνια μελέτη με δείγμα 3.474 ανδρών που είχαν συλληφθεί για ενδοοικογενειακή βία και είχαν παραπεμφθεί υποχρεωτικά σε θεραπευτικό πρόγραμμα, συγκρίθηκε η αποτελεσματικότητα του ACTV με εκείνη του προγράμματος Duluth/CBT σε βάθος πέντε ετών (Zarling et al., 2020). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι συμμετέχοντες στο ACTV είχαν σημαντικά μικρότερη πιθανότητα να αποκτήσουν νέες κατηγορίες για ενδοοικογενειακή ή γενικότερη βία, συγκριτικά με εκείνους που παρακολούθησαν το Duluth/CBT. Η διαφορά αυτή παρατηρήθηκε τόσο στο σύνολο του δείγματος όσο και μεταξύ όσων ολοκλήρωσαν τα προγράμματα (Zarling et al., 2020).

Επιπλέον, οι συμμετέχοντες στο ACTV καθυστέρησαν περισσότερο να εμπλακούν ξανά σε παραβατική συμπεριφορά, υποδεικνύοντας πιο σταθερή αλλαγή σε βάθος χρόνου. Αν και δεν βρέθηκαν διαφορές στις γενικές ποινικές κατηγορίες, παρατηρήθηκε χαμηλότερη υποτροπή σε βίαιη ή ενδοοικογενειακή συμπεριφορά με το ποσοστό απόκτησης νέων κατηγοριών μεταξύ όσων ολοκλήρωσαν το πρόγραμμα να κυμαίνεται στο 32,1%, τη στιγμή που το αντίστοιχο ποσοστό για τα Duluth/CBT αναγραφόταν στο 38,1% (Zarling et al., 2020). Τα ευρήματα αυτά επιβεβαιώνουν την μακροπρόθεσμη αποτελεσματικότητα του ACTV στην πρόληψη της υποτροπής και ενισχύουν την αξία του ως μιας σύγχρονης, βιωματικής προσέγγισης για παρέμβαση.

6. Το θύμα

6.1.Χαρακτηριστικά και συμπεριφορές

Οι γυναίκες που έχουν υποστεί μία οποιαδήποτε μορφή βίας, φαίνεται να έχουν υψηλά ποσοστά επιβαρυμένης ψυχικής υγείας που συμπεριλαμβάνει διαταραχές άγχους και μετατραυματικού στρες (PTSD) (Shields et al., 2025). Πιο συγκεκριμένα, η διαταραχή μετατραυματικού στρες είναι από τις συχνότερες επιπτώσεις στην ψυχική υγεία των γυναικών έπειτα από την έκθεση σε περιστατικά έμφυλης βίας. (Baker et al., 2021· Brown et al., 2020). Έπειτα, η κατάθλιψη αλλά και το άγχος, συμπληρώνουν τον κατάλογο με τις τρεις πιο συχνές επιπτώσεις της βίας στην ψυχολογία (White et all, 2024).

Σύμφωνα με την έρευνα των Torres et al. (2013), η συναισθηματική απορρύθμιση και η συστολή είναι πολύ συχνές ανάμεσα στις γυναίκες που βιώνουν συντροφική βία. Ακόμα, η διαστρέβλωση των νοητικών λειτουργιών, η περιορισμένη έκφραση, η καχυποψία και τα προβλήματα οικειότητας αυξάνονται όσο πιο σοβαρή είναι η μορφή της κακοποίησης ενώ όσο περισσότερο διαρκεί στον χρόνο, τόσο περισσότερο μειώνεται η αντίσταση του θύματος απέναντι της. Όταν γίνεται αναφορά σε διαστρέβλωση των νοητικών λειτουργιών, φαίνεται πως εμφανίζονται πολύ έντονα τροποποιήσεις στην προσοχή και στην συνείδηση όπως, για παράδειγμα, η ανοργάνωτη σκέψη, η σύγχυση, η αδυναμία στην επιστράτευση της λογικής και στην λύση των προβλημάτων, η αποσύνδεση, η αποπροσωποποίηση και η αποπραγματοποίηση. Την ίδια στιγμή, τα προβλήματα οικειότητας, η περιορισμένη έκφραση και η καχυποψία αναφέρονται στην αλλαγή των σχέσεων με άλλους. Οι δυσκολίες οικειότητας αντανακλούν τον φόβο και την αποφυγή των στενών δεσμών καθώς και τα πιθανά εμπόδια στις σεξουαλικές επαφές. Πιο συγκεκριμένα, αναλογικά με το πόσο σκληρή είναι η κακοποίηση που δέχεται το θύμα, τόσο πιο πιθανό είναι να έχει μειωμένη αυτοπεποίθησή, να δυσκολεύεται να μοιραστεί τα βιώματα και τα συναισθήματά του καθώς και να αδυνατεί να εμπιστευτεί τους άλλους (Torres et al., 2013).

Οι ίδιοι ερευνητές αναφέρουν πως είναι ιδιαίτερα συχνό φαινόμενο τα θύματα συντροφικής βίας να έχουν υποστεί κακοποίηση κατά την παιδική τους ηλικία, με την ψυχολογική κακοποίηση να είναι αυτή που εντοπίζεται περισσότερο μεταξύ τους (Torres et al., 2013). Στο σημείο αυτό, οι Johnson et al. (2008) επιβεβαιώνουν πως τα περιστατικά συντροφικής βίας εμφανίζονται πιο συχνά στις γυναίκες που έχουν βιώσει κακοποίηση από τους γονείς τους όταν ήταν παιδιά καθώς και σε εκείνες που είχαν ανεπιθύμητες σεξουαλικές επαφές πριν την ηλικία των 16 ετών ενώ η Filippini (2005) και οι Tullio et al. (2021) προσθέτουν πως εξίσου καθοριστικός παράγοντας είναι και το να έχουν υπάρξει στο παρελθόν μάρτυρες επεισοδίων βίας μεταξύ των γονιών τους. Την ίδια στιγμή, αν κάποια γυναίκα είχε υποστεί σωματική ή σεξουαλική επίθεση στην παιδική ηλικία ήταν πιο πιθανό να δεχτεί τέτοιου τύπου επίθεση από γνωστούς ή άγνωστους άνδρες και στην ενήλικη ζωή της. Χαρακτηριστικό είναι το παράδειγμα της Αυστραλίας όπου το 36% των γυναικών, θυμάτων σωματικής κακοποίησης από κάποιον γνωστό ή άγνωστο άνδρα, είχε κακοποιηθεί σωματικά από γονείς στην παιδική ηλικία και το 32% είχε εμπειρίες σεξουαλικής βίας κατά την ίδια περίοδο (Johnson et al., 2008).

6.2.Παραμονή στο κακοποιητικό περιβάλλον

Για ποιους λόγους, όμως, μπορεί μια γυναίκα να δυσκολεύεται να φύγει από ένα βίαιο προς εκείνη περιβάλλον; Καθοριστικό ρόλο στην διατήρηση της έμφυλης βίας διαδραματίζουν οι εκάστοτε κοινωνικές νόρμες που προωθούν πατριαρχικές αντιλήψεις γύρω από την θέση των φύλων (Li et al., 2020). Τα δικαιώματα των γυναικών παραβλέπονται καθώς η ανδρική κυριαρχία διατηρείται σε βαθμό τέτοιο ώστε η κακοποίηση που ασκούν οι άνδρες να θεωρείται δικαιολογημένη (Li et al., 2020). Για παράδειγμα, όταν ένας άνδρας είναι κακοποιητικός απέναντι στη σύζυγό του, ελέγχοντας τις σεξουαλικές της επιθυμίες, είναι πιθανό κανένας από τους δύο να μην αντιλαμβάνεται τις πράξεις του ως εκδηλώσεις βίας λόγω των κοινωνικών αντιλήψεων που ορίζουν χρέος των γυναικών να ικανοποιούν σε κάθε περίπτωση τις επιθυμίες των συζύγων τους στα πλαίσια των συζυγικών «καθηκόντων» τους (Applin et al., 2023). Από την άλλη, ορισμένες γυναίκες αισθάνονται υπεύθυνες για το γεγονός ότι οι σύζυγοί τους καταφεύγουν στην βία καθώς πιστεύουν ότι δεν ανταποκρίνονται όπως οφείλουν στις συζυγικές τους υποχρεώσεις (Kelmendi, 2015). Την ίδια στιγμή, ορισμένες άλλες δυσκολεύονται να αναγνωρίσουν ότι έχουν υποστεί κακοποίηση (Filippini, 2005· Tullio et al., 2019), πόσο μάλλον όταν αυτή δεν εμπεριέχει σωματική βία (Tullio et al., 2019). Η ψυχολογική κακοποίηση δεν αποτυπώνεται με σημάδια στο σώμα και πολλές φορές μπορεί να μοιάζει με απλή διαμάχη ή σύγκρουση, καθιστώντας πιο δύσκολο το να γίνει αντιληπτή ως κακοποιητική συμπεριφορά (Tullio et al., 2019).

Όταν η κακοποίηση πρωτοεμφανίζεται, τα θύματα τείνουν να μένουν σιωπηλά επειδή έχουν την ελπίδα ότι δεν θα επαναληφθεί. Ωστόσο, όσο περνάει ο καιρός, τόσο πιο συχνά είναι και τα επεισόδια, με τους θύτες να χρειάζονται όλο και πιο ασήμαντες αφορμές για να γίνουν βίαιοι (Kelmendi, 2015). Στο Χονγκ Κονγκ έλαβε χώρα έρευνα στην οποία αξιολογήθηκαν οι διαφορές που εμφανίζονταν σε θύματα συντροφικής βίας κατά τις επισκέψεις τους στα Επείγοντα έπειτα από επαναλαμβανόμενα επεισόδια βίας (Choi et al., 2019). Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι οι γυναίκες, θύματα συντροφικής βίας, είχαν περισσότερα και διαφορετικά τραύματα στο σώμα τους με την πάροδο του χρόνου, ενώ δήλωναν πως οι σύντροφοί τους είχαν πλέον βρει περισσότερους λόγους για να τους ασκούν σωματική βία. Την ίδια στιγμή, παρατηρήθηκε ότι οι γυναίκες που βίωναν βίαια επεισόδια κατ' εξακολούθηση ήταν ιδιαίτερα συνηθισμένο να έχουν δεχθεί ρίψη αντικειμένων, να έχουν υποστεί απόπειρα πνιγμού, κλωτσιές, σπρωξίματα πάνω στον τοίχο και να έχουν τραύματα χαμηλά στα πλευρά, μώλωπες ή μελανιές (Choi et al., 2019).

Η σχέση ανάμεσα στην διατήρηση των πατριαρχικών αντιλήψεων και την εξάπλωση της βίας είναι ανάλογη. Η πατριαρχεία διευκολύνει την κατανόηση της βίας κατά των γυναικών ως μίας νόμιμης, συνηθισμένης και δικαιολογημένης διαδικασίας και μετουσιώνει ανήθικες συμπεριφορές σε ηθικές μέσα από παγιωμένες αντιλήψεις που προωθούν την επιβολή και την κυριαρχία των ανδρών (Applin et al., 2023).

Μέσα στους κυριότερους παράγοντες για την παραμονή τους στον περιβάλλον της ενδοοικογενειακής βίας τα θύματα τοποθετούν το άγχος για το τι θα πιστεύουν οι οικογένειές τους και οι οικογένειες των συζύγων τους αν αποφασίσουν να φύγουν καθώς και τον φόβο ότι θα αποχωριστούν τα παιδιά τους (Kelmendi, 2015). Σύμφωνα με τους Tam et al. (2016) οι γυναίκες στην Κίνα αναφέρουν πως παραδοσιακές αντιλήψεις που κυριαρχούν στην χώρα τους γύρω από τον θεσμό του γάμου, τις γεμίζουν ενοχές και απόγνωση με αποτέλεσμα να εντείνεται η δυσκολία τους να απομακρυνθούν από έναν κακοποιητικό σύζυγο και να παρεμποδίζεται η κρυφή τους ανάγκη να απευθυνθούν σε συμβουλευτικές υπηρεσίες (Tam et al., 2016).

Ακόμα όμως και αν καταφέρουν να αποκοπούν από την καθημερινότητα της βίας, πολλές φορές νιώθουν έντονα αισθήματα ντροπής καθώς και ενοχή επειδή πιστεύουν ότι η συμπεριφορά τους εξώθησε με κάποιον τρόπο την κακοποίηση ή επειδή δεν κατάφεραν να μιλήσουν νωρίτερα ή αποφάσισαν να μιλήσουν αργότερα (Tullio et al., 2021). Αυτή η ντροπή συνδέεται με το αίσθημα ότι είναι ευάλωτες απέναντι στη δύναμη του άλλου και ότι δεν λαμβάνονται σοβαρά υπόψη από τον σύντροφό τους, την οικογένειά τους, τους φίλους τους ή τους επαγγελματίες υγείας. Παράλληλα, νιώθουν πως βρίσκονται συνεχώς στο επίκεντρο της κριτικής ενώ στην πραγματικότητα θα προτιμούσαν να απομονωθούν (Tullio et al., 2021).

Είναι ιδιαίτερα συχνό οι γυναίκες να δυσκολεύονται να κάνουν μια νέα αρχή μακριά από το περιβάλλον της βίας λόγω της έλλειψης υποστήριξης και του έντονου στίγματος που πιστεύουν ότι θα τις ακολουθήσει. Την ίδια στιγμή, καθοριστικής σημασίας είναι και η έλλειψη της οικονομικής τους αυτάρκειας που συχνά καθιστά αναπόφευκτη την δημιουργία μιας σχέσης εξάρτησης από τον σύζυγό τους (Kelmendi, 2015). Έτσι, σκεπτόμενες τον χωρισμό έρχονται αντιμέτωπες με το γεγονός ότι δεν έχουν αρκετά χρήματα για να συντηρήσουν τόσο τα παιδιά τους αλλά και τον εαυτό τους καθώς και για να αποπληρώσουν τις αναγκαίες εκείνες υπηρεσίες που χρειάζονται αμοιβή (Tam et al., 2016).

6.3.Μηχανισμοί υποστήριξης θυμάτων έμφυλης βίας

Σύμφωνα με το Συμβούλιο της Ευρώπης (2008), για να θεωρηθεί ένας μηχανισμός αποτελεσματικός στην υποστήριξη των γυναικών που έχουν βιώσει κάποιο περιστατικό κακοποίησης, χρειάζεται να διέπετε από συγκεκριμένες αρχές. Πιο αναλυτικά, μία βασική αρχή είναι η κατανόηση της βίας εναντίων των γυναικών ως παράγωγο των ανισοτήτων που υπάρχουν ανάμεσα στις γυναίκες και στους άνδρες. Σημαντικές παράμετροι, ακόμα, είναι η εμπιστευτικότητα και το απόρρητο, η ασφάλεια, η προστασία και ο σεβασμός της ανθρώπινης αξιοπρέπειας των χρηστών των υπηρεσιών. Συνεχίζοντας, οι παροχές της υπηρεσίας οφείλουν να είναι διαθέσιμες καθ΄ όλη την διάρκεια της ημέρας και όλες τις ημέρες της εβδομάδας, καθώς και να διατίθενται δωρεάν. Είναι σημαντικό η πρόσβαση σε αυτές να γίνεται με εύκολο τρόπο και να απευθύνεται σε όλες τις πληθυσμιακές ομάδες της χώρας, όπου και αν βρίσκονται. Τέλος, οι υπηρεσίες που παρέχονται χρειάζεται να είναι ποιοτικές και εξειδικευμένες, να υπάρχει συνεργασία με άλλες απαραίτητες υπηρεσίες αλλά και το προσωπικό να είναι κατάλληλα καταρτισμένο (Council of Europe, 2008).

Ένας από τους αποτελεσματικούς φορείς είναι το Family Justice Centers που λειτουργεί στις ΗΠΑ. Στα κέντρα αυτά, είναι συγκεντρωμένη μία διεπιστημονική ομάδα με εξειδικευμένους επαγγελματίες που συνεργάζονται για να βοηθήσουν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τα θύματα ενδοοικογενειακής βίας κάτω από την ίδια στέγη. Στόχος τους είναι, να παρέχουν σε μία συγκεκριμένη τοποθεσία, συντονισμένες κοινωνικές υπηρεσίες και ποινική δικαιοσύνη στις επιζήσασες, εξασφαλίζοντας παράλληλα την ασφάλειά τους. Τα κέντρα αυτά στελεχώνουν δικηγόροι, εισαγγελείς, αστυνομικοί, ιερείς, επαγγελματίες κοινωνικών υπηρεσιών και επαγγελματίες υγείας όπως ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς και ιατρούς. Οι γυναίκες φαίνεται να προτιμούν αυτές τις υπηρεσίες καθώς λαμβάνουν όλη την βοήθεια που χρειάζονται χωρίς να μεταφέρονται από υπηρεσία σε υπηρεσία και να λένε ξανά και ξανά την ιστορία τους, βιώνοντας εκ νέου το τραύμα τους (Gwinn et all, 2007).

Στην Σουηδία λειτουργεί το Kvinnofridslinjen, μία τηλεφωνική γραμμή βοήθειας. Είναι διαθέσιμη 24 ώρες την ημέρα, όλο το χρόνο, η κλήση είναι δωρεάν και δεν εμφανίζεται στον τηλεφωνικό λογαριασμό του ατόμου για λόγους προστασίας και ασφάλειας. Τηρείτε το απόρρητο αλλά και η ανωνυμία του ατόμου που καλεί. Στην υπηρεσία αυτή εργάζονται κοινωνικοί λειτουργοί, μαίες και νοσοκόμες εξειδικευμένοι στην αντιμετώπιση κρίσεων ή δύσκολων καταστάσεων που βιώνουν οι

εξυπηρετούμενοι που καλούν. Το προσωπικό γνωρίζει όλες τι απαραίτητες πληροφορίες για υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης, κοινωνικές υπηρεσίες και εξειδικευμένες μονάδες εντός της αστυνομίας, καταφύγια γυναικών και οργανώσεις υποστήριξης θυμάτων εγκληματικών πράξεων. Με αυτό τον τρόπο είναι σε θέση να καθοδηγήσει τις γυναίκες να απευθυνθούν στην κατάλληλη για εκείνες υπηρεσία. Παρέχει επίσης την δυνατότητα διερμηνείας για γυναίκες που δεν μιλούν σουηδικά αλλά και ένα τηλέφωνο κειμένου για άτομα με δυσκολίες στην ακοή ή/και την ομιλία (Nationellt centrum för kvinnofrid, 2009).

Στην Ελλάδα υπάρχει το δίκτυο δομών πρόληψης και αντιμετώπισης της έμφυλης βίας και των πολλαπλών διακρίσεων κατά των γυναικών, που λειτουργεί υπό την Γενική Γραμματεία Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων (Γ.Γ.Ι.Α.Δ.). Σε αυτό το δίκτυο περιλαμβάνονται Συμβουλευτικά Κέντρα, Ξενώνες Φιλοξενίας Κακοποιημένων Γυναικών και η Τηλεφωνική Γραμμή SOS. Οι δομές αυτές στοχεύουν στην ενδυνάμωση και την στήριξη των γυναικών ώστε να καταφέρουν να αναλάβουν ξανά την ευθύνη της ζωής τους. Παρέχονται υπηρεσίες ψυχολογικής και κοινωνικής στήριξης, εργασιακής και νομικής συμβουλευτικής και υπηρεσίες διερμηνείας και διαμεσολάβησης για γυναίκες πρόσφυγες και μετανάστριες. Σημαντικό είναι ότι οι δομές συνεργάζονται μεταξύ τους αλλά και με άλλες υπηρεσίες, όπως νοσοκομεία, δικαστήρια, αστυνομία, φορείς απασχόλησης κ.α., όπου είναι απαραίτητες για την υποστήριξη και την παραπομπή των γυναικών. Συγκεκριμένα, η Τηλεφωνική Γραμμή λειτουργεί όλο το εικοσιτετράωρο, όλο τον χρόνο και προσφέρει άμεση βοήθεια σε επείγοντα περιστατικά. Οι Ξενώνες Φιλοξενίας αποτελούν για τις γυναίκες και τα παιδιά τους ένα προσωρινό καταφύγιο με την απαραίτητη βοήθεια και ασφάλεια που χρειάζονται. Όλες οι υπηρεσίες που παρέχονται από το δίκτυο είναι δωρεάν και όλες οι δομές στελεχώνονται από εξειδικευμένο επιστημονικό προσωπικό σε θέματα έμφυλης βίας (Γενική Γραμματεία Ισότητας των Φίλων, 2018).

7. Η έννοια του τραύματος

Σύμφωνα με το Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders-Fifth Edition, το τραύμα ορίζεται ως «η έκθεση σε πραγματικό ή απειλούμενο θάνατο, σοβαρό τραυματισμό ή σεξουαλική βία». Η έκθεση αυτή μπορεί να αφορά είτε την προσωπική εμπειρία του ατόμου, είτε την παρακολούθηση ενός περιστατικού ως μάρτυρας, είτε την γνώση για μια τραυματική εμπειρία ενός οικείου προσώπου. Επιπλέον, μπορεί να προκληθεί έπειτα από επανειλημμένη ή έντονη έκθεση σε

λεπτομέρειες του τραυματικού γεγονότος. (American Psychiatric Association [APA], 2013). Το τραύμα θεωρείται μία ψυχική βλάβη και συναισθηματική απάντηση σε γεγονότα απειλητικά για την ζωή ή την σωματική ακεραιότητα του ίδιου του ατόμου ή ενός σημαντικού προσώπου. Τέτοια γεγονότα είναι ένα ατύχημα, μία φυσική καταστροφή, ο θάνατος, ο πόλεμος, η κακοποίηση και η βία (APA, 2013 · Herman, 1992).

Η έκθεση στο τραυματικό γεγονός συνήθως προκαλεί έντονο στρες, φόβο και τρόμο, το άτομο αισθάνεται ανίκανο να αντιμετωπίσει αυτό που συμβαίνει (Terr, 1991), ενώ αμέσως μετά το γεγονός το άτομο είναι πιθανό να βρίσκεται σε σοκ και άρνηση (APA, 2013). Η σοβαρότητα του τραυματικού γεγονότος είναι αδύνατον να μετρηθεί και να ποσοτικοποιηθεί. Ωστόσο, όσο περισσότερο το άτομο εκτίθεται σε αυτά τα γεγονότα και όσο εντονότερα είναι, τόσο σοβαρότερες θα είναι οι επιπτώσεις καθώς και η βλάβη που μπορεί να υποστεί. Έτσι, είναι πιθανό, η ανάκαμψη από το τραύμα να είναι δυσκολότερη (Herman, 1992).

Οι επιπτώσεις ενός τραυματικού γεγονότος διαφέρουν σε κάθε άνθρωπο (Jones et al., 2001). Μεγάλο ποσοστό των ατόμων παρουσιάζει έντονο μετατραυματικό στρες που εκδηλώνεται με ενοχλητικές σκέψεις, αναμνήσεις και όνειρα, με συμπεριφορά αποφυγής του γεγονότος, αλλαγές στην διάθεση και έντονη αντιδραστικότητα σε πράγματα που σχετίζονται με το τραυματικό γεγονός (APA, 2013 · Jones et al., 2001 · Terr, 1991). Ακόμα, οι αντιδράσεις των ατόμων περιλαμβάνουν έντονα και απρόβλεπτα συναισθήματα, συχνές αναδρομές στο τραυματικό γεγονός του παρελθόντος, σωματικά συμπτώματα όπως πονοκεφάλους και δυσκολία στις σχέσεις τους με τους άλλους ανθρώπους (APA, 2013 · Herman, 1992).

Στα τραυματικά γεγονότα συμπεριλαμβάνεται και η έμφυλη βία. Οι επιπτώσεις που προκαλεί είναι καταστροφικές για την ψυχική υγεία των γυναικών που την βιώνουν και είναι πιθανό να διαρκούν στον χρόνο, ακόμα και όταν η έκθεση στο κακοποιητικό γεγονός θα έχει σταματήσει. (Καστράνη, 2024). Οι γυναίκες που έχουν βιώσει ενδοοικογενειακή βία, εμφανίζουν σε σημαντικό ποσοστό συμπτώματα της διαταραχής μετατραυματικού στρες (Jones et al., 2001). Παρόλα αυτά, το ψυχολογικό τραύμα που προκαλεί η έμφυλη βία, θεωρείται πολλές φορές ως ατομικό αποτέλεσμα της κακοποίησης και όχι ως συλλογικός και αιτιολογικός παράγοντας (Salter et al., 2024).

Πολλές ψυχολογικές παρεμβάσεις έχουν αναπτυχθεί ώστε να βοηθήσουν στον αποκατάσταση των ατόμων από τις επιπτώσεις του τραύματος. Μία από αυτές είναι η

Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία, η οποία εστιάζει στην σχέση που υπάρχει μεταξύ των σκέψεων, των συναισθημάτων και των συμπεριφορών του ατόμου. Θεωρεί ότι η αλλαγή σε ένα από αυτούς του τομείς, βελτιώνει και την λειτουργία των άλλων δύο (American Psychological Association, 2025). Η μέθοδος αυτή, χρησιμοποιεί συμπεριφορικές και γνωστικές στρατιγικές, για να επεξεργαστεί τα τραυματικά γεγονότα και να βοηθήσει στην διαχείριση των συναισθημάτων και στην βελτίωση των διαπροσωπικών σχέσεων (Βλασοπούλου & Ρακιτζή, 2016). Επιδιώκει την μείωση του άγχους και την αντιμετώπιση του φόβου και του θυμού που νιώθουν τα άτομα, καθώς αποτελεί βασικό κομμάτι της προσέγγισης (Brown κ.ά., 2016, Βλασοπούλου & Ρακιτζή, 2016).1 Η Γνωστική Συμπεριφορική Θεραπεία εστιάζει στο παρόν, είναι βραχύχρονης διάρκειας και αποτελεί βασική θεραπευτική μέθοδος για την Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες (American Psychological Association, 2025).

Μία ακόμα ψυχολογική παρέμβαση για το τραύμα, είναι η αφηγηματική θεραπεία. Η μέθοδος αυτή βασίζεται στην προσωπική αφήγηση της ιστορίας των ατόμων για τις εμπειρίες που έχουν βιώσει. Εφαρμόζεται σε άτομα που δυσκολεύονται να αντιμετωπίσουν τις αρνητικές επιπτώσεις των τραυματικών γεγονότων της ζωής τους, όπως και άτομα που έχουν διαγνωστεί με Διαταραχή Μετατραυματικού Στρες (PTSD) (Erbes et all, 2014). Ο θεραπευμένος, κατά την διάρκεια της θεραπείας, υποβάλλεται σε μία διαδικασία εξωτερίκευσης της τραυματικής του ιστορίας. Στη συνέχεια, σε συνεργασία με τον θεραπευτεί επιδιώκουν την αμφισβήτηση της κυρίαρχης ιστορίας του ατόμου και την κατασκευή και την αναδιαμόρφωσή της εκ νέου. Η καινούρια ιστορία θα έχει θετικό πρόσημο, θα βασίζεται στην δύναμη του ατόμου και θα προχωράει πέρα από το τραυματικό γεγονός (Merscham, 2000).

Ολοκληρώνοντας, αρκετά διαδεδομένη μέθοδος είναι και η Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR), όπου στα ελληνικά αναφέρεται ως «απευαισθητοποίηση και επανεπεξεργασία μέσω οφθαλμικών κινήσεων». Η προσέγγιση αυτή, χρησιμοποιεί στοιχεία από διάφορες ψυχοθεραπευτικές προσεγγίσεις και αποτελεί μία δομημένη θεραπευτική διαδικασία με συγκεκριμένα πρωτόκολλα. Στοχεύει στην μετατροπή της δυσλειτουργικής αφομοίωσης μίας τραυματικής εμπειρίας σε λειτουργική μέσα σε ένα ασφαλές θεραπευτικό πλαίσιο και τα διεστατικά αισθητηριακά ερεθίσματα, όπως οπτικά, ακουστικά, απτικά, αποτελούν βασικό στοιχείο αυτής της μεθόδου. Πραγματοποιείται σε οκτώ φάσεις όπου περιλαμβάνουν αρχικά την επεξεργασία παρελθοντικών στρεσσογόνων ή τραυματικών βιωμάτων, έπειτα την επεξεργασία παροντικών καταστάσεων που ενεργοποιούν

αρνητικά συναισθήματα και σωματικά συμπτώματα και τελειώνει με την εγκαθίδρυση θετικών μοτίβων συμπεριφοράς για το μέλλον. Η προσέγγιση αυτή φαίνεται να είναι ιδιαίτερα αποτελεσματική σε άτομα που αντιμετωπίζουν ψυχολογικές δυσκολίες, εξαιτίας κάποιας τραυματικής εμπειρίας που έχουν βιώσει (EMDR Hellas, χ.χ.)

8. Οι συνέπειες της έμφυλης βίας

8.1.Ψυχικές και ψυχολογικές

Οι de Píñar-Prats & Pérez-Marfil (2024) υποστηρίζουν πως, γενικότερα, οι γυναίκες, θύματα έμφυλης βίας έχουν περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσουν συναισθηματικές δυσκολίες και συμπτώματα ψυχοπαθολογίας. Πιο αναλυτικά, οι ίδιοι πραγματοποίησαν έρευνα κατά την οποία επιβεβαίωσαν πως οι επιζήσασες της έμφυλης βίας παρουσιάζουν σημαντικά υψηλές διαφορές στους σχιζοειδείς, αποφευκτικούς, καταθλιπτικούς, εξαρτητικούς, μελοδραματικούς, αρνητιστικούς και μαζοχιστικούς τύπους προσωπικότητας σε σύγκριση με τις γυναίκες που δεν έχουν βιώσει έμφυλη βία. Την ίδια στιγμή, είναι ιδιαίτερα επιρρεπείς στο να πάσχουν από σχιζοτυπική διαταραχή προσωπικότητας, οριακή (μεταιχμιακή) διαταραχή προσωπικότητας, παρανοειδή διαταραχή προσωπικότητας, αγχώδη διαταραχή, σωματόμορφες διαταραχές, διπολική διαταραχή, δυσθυμική διαταραχή, διαταραχή μετατραυματικού στρες, διαταραχή σκέψης, μείζονα καταθλιπτική διαταραχή και παραληρητική διαταραχή (de Píñar-Prats & Pérez-Marfil, 2024).

Φαίνεται πως οι γυναίκες που έχουν υποστεί έμφυλη βία συχνά έχουν χαμηλή αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση (Debrie, 2018). Ακόμα, δεν είναι ικανοποιημένες με την κοινωνική υποστήριξη που δέχονται ενώ αναφέρουν πως, μετά την βία, αντιμετωπίζουν και δυσκολίες κατά την προσαρμογή στα νέα δεδομένα της ζωής τους (de Píñar-Prats & Pérez-Marfil, 2024). Πράγματι, οι γυναίκες που συμμετείχαν στην έρευνα των Mas'udah et al. (2024) δήλωσαν πως, κατόπιν των εμπειριών τους ως θυμάτων έμφυλης βίας, εντάθηκαν το άγχος, η αυπνία και η επιθυμία για απομόνωση. Έχει αποδειχθεί ότι η ψηφιακή σεξουαλική παρενόχληση, συγκεκριμένα, επιφέρει αυξημένο άγχος, ενώ η βία που βασίζεται στη φυσική εμφάνιση και η βία κατά του φεμινισμού έχουν ως αποτέλεσμα χαμηλότερη αυτοεκτίμηση για τα θύματα (Martínez-Bacaicoa et al., 2023) και εντονότερα συμπτώματα κατάθλιψης και άγχους (Martínez-Bacaicoa et al., 2023· Mas'udah et al, 2024).

8.2.Σωματικές συνέπειες

Μεγάλος λόγος γίνεται και για τον αντίκτυπο που έχει η βία πάνω στο σώμα των θυμάτων (Simba & Magombola, 2021). Μεταξύ των πιο σοβαρών συνεπειών απαριθμούνται οι φυσικοί τραυματισμοί, η κόπωση, τα σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα, οι ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, οι αμβλώσεις και οι λοιμώξεις της ουροφόρου οδού (Simba & Magombola, 2021).

8.3.Συνέπειες στην κοινωνική ζωή

Οι Simba & Magombola (2021), αναφέρουν πως, από κοινωνικής άποψης, οι κακοποιημένες γυναίκες φαίνεται να ταλαιπωρούνται ιδιαίτερα από το στίγμα που τις ακολουθεί. Αισθάνονται ανασφαλείς και αποκομμένες ενώ, την ίδια στιγμή, ταλαιπωρούνται από νομικά αδιέξοδα, δυσκολίες στην εύρεση εργασίας και στην κάλυψη των βασικών αναγκών τους. Τονίζουν τον έντονο θυμό, την απώλεια μνήμης, την ανάγκη για απομόνωση, τον αποπροσανατολισμό και την έλλειψη ύπνου. Αντιμετωπίζουν, ακόμα, άγχος, φόβο, και εκφοβισμό ενώ αρκετές καταγγέλλουν και την κοινωνική απόρριψη από οικογένεια και φίλους (Simba & Magombola, 2021).

Στο σημείο αυτό, δίνοντας μια επιπλέον διάσταση στην θεματολογία των επιπτώσεων της έμφυλης βίας, οι Ahrens & Aldana (2012) σημειώνουν πως περίπου τις μισές από τις φορές που κάποια γυναίκα θα μοιραστεί με ένα αγαπημένο της πρόσωπο (φίλους, συγγενείς, συντρόφους) πως υπέστη βιασμό, η σχέση της με το άτομο αυτό θα γίνει πιο δυνατή και πιο ουσιώδης. Ωστόσο, υπάρχει και ένα σημαντικό ποσοστό γυναικών που δηλώνουν ότι ορισμένα αρνητικά σχόλια και συμπεριφορές, που δέχθηκαν από το άτομο εκείνο στο οποίο θέλησαν να κάνουν αυτή την αποκάλυψη, έκαναν τις σχέσεις ανάμεσά τους πιο αποκομμένες και συγκρουσιακές, με αρκετές από αυτές να φτάνουν και στο τέλος τους (Ahrens & Aldana, 2012). Αρκετές συνεντευξιαζόμενες και στην μελέτη της Debrie (2018) τονίζουν πως έχασαν φίλους κατά την αντιμετώπιση του τραύματος της βίας με αποτέλεσμα να αντιμετωπίζουν μετέπειτα δυσκολίες στην κοινωνικοποίηση με τους άλλους.

Τέλος, οι γυναίκες που έχουν υποστεί έμφυλη βία αναφέρουν πως συχνά αντιμετωπίζουν προβλήματα δυσκολίας διατήρησης σταθερών και υγιών σχέσεων (Ahrens & Aldana, 2012). Σε αυτό το πλαίσιο, φαίνεται πως η εμπειρία της κακοποίησης τις οδηγεί στην απόκτηση αρνητικών αντιλήψεων σχετικά με τις διαπροσωπικές σχέσεις καθώς και στην δυσκολία διατήρησης του αισθήματος εμπιστοσύνης απέναντι σε άλλους (Ahrens & Aldana, 2012).

8.4.Οικονομικές συνέπειες

Ιδιαίτερα συχνό είναι οι επιζήσασες της έμφυλης βίας να αντιμετωπίζουν και οικονομικές δυσκολίες που να τις εμποδίζουν να ξεκινήσουν μια νέα, ανεξάρτητη ζωή. Σε αυτό το σημείο, ο Fawole (2008) προσθέτει πως η οικονομική βία συμβάλλει στην αύξηση της φτώχιας για τα θύματά της. Αυτό συμβαίνει γιατί οι γυναίκες δυσκολεύονται να κερδίσουν τα προς το ζην ώστε να εξυπηρετήσουν τις βασικές τους ανάγκες χωρίς να εξαρτώνται οικονομικά από κάποιον άλλο. Έτσι, γίνονται άμεσα πιο ευάλωτες απέναντι στην εύρεση εργασίας, στους οικονομικούς πόρους, τα περιουσιακά στοιχεία και την πρόσβαση σε υπηρεσίες (Fawole, 2008).

Πολλές γυναίκες αναφέρουν πως, έχοντας βιώσει σφοδρά περιστατικά οικονομικής βίας, τους είναι πολύ δύσκολο να βγουν ξανά στην αγορά εργασίας και να διαχειριστούν τα οικονομικά τους (Yates et al., 2023). Πιο αναλυτικά, τονίζουν πως η έλλειψη επαγγελματικής προϋπηρεσίας και η απουσία αποδεκτών πιστωτικών αξιολογήσεων σε συνδυασμό με τον αναλφαβητισμό γύρω από τα χρηματοοικονομικά ζητήματα, επηρεάζουν σημαντικά την ανθεκτικότητα τους και την δυνατότητα να ζήσουν μια αξιοπρεπή και ποιοτική καθημερινότητα (Yates et al., 2023), ενώ συχνά δεν λαμβάνονται υπόψη και τα χρήματα που χρειάζεται να διαθέσουν σε νοσοκομεία και άλλες υπηρεσίες υγείας ώστε να περιποιηθούν τους τραυματισμούς τους (Debrie, 2018). Όλα τα παραπάνω, μπορεί να έχουν ως αποτέλεσμα την συνέχιση της οικονομικής βίας και της οικονομικής εξάρτησης ακόμα και μετά την εγκατάλειψη του περιβάλλοντος της κακοποίησης (Fawole, 2008).

Πολλά θύματα κακοποιητικών συντροφικών σχέσεων με έντονη ύπαρξη οικονομικής βίας, έχουν φτάσει σε σημείο να χάσουν σημαντική περιουσία (Jonsdottir et al., 2024). Επίσης, συχνά καταλήγουν να ζουν σε φτωχογειτονιές, οι οποίες χαρακτηρίζονται από υψηλά ποσοστά φτώχειας, ανεργίας, εγκληματικότητας και παραβατικότητας. Έτσι, βιώνουν έντονα αισθήματα μοναξιάς και περιθωριοποίησης (Jonsdottir et al., 2024).

8.5.Επαγγελματικες συνέπειες

Σημαντικός αριθμός επιζωσών τονίζουν την δυσκολία συγκέντρωσης στην εργασία ή τις σπουδές (Mas'udah et al, 2024). Η ανάγκη για συχνές απουσίες από τον χώρο εργασίας επηρεάζει επίσης την αποδοτικότητα (Debrie, 2018). Πιο συγκεκριμένα, μια κακοποιημένη γυναίκα αναπόφευκτα χρειάζεται συχνές άδειες προκειμένου να αναρρώσει από τα τραύματά της. Το γεγονός αυτό έχει ως αποτέλεσμα

τις μειωμένες πιθανότητες ανέλιξης της μέσω κάποιας αύξησης ή προαγωγής ή ακόμα και την οριστική της απόλυση (Debrie, 2018).

8.6.Κατάχρηση ουσιών και αυτοκτονικός ιδεασμός

Οι έρευνες των Jonsdottir et al. (2024) και των de Píñar-Prats & Pérez-Marfil (2024) υπογραμμίζουν την αιτιώδη σχέση ανάμεσα στην βία κατά των γυναικών και στην κατάχρηση ουσιών από μέρους τους. Σε αυτό το σημείο, οι Stoicescu et al. (2024) αναφέρουν, συγκεκριμένα, πως η συντροφική βία, ο εκβιασμός των γυναικών από την αστυνομία καθώς και η αστυνομική σεξουαλική βία συνδέονται άμεσα με τον κίνδυνο μη θανατηφόρας υπερβολικής δόσης ναρκωτικών ενώ, όταν αυτές οι τρεις διαφορετικές μορφές βίας ενεργούν συνεργατικά, οι επιπτώσεις γύρω από την χρήση ουσιών είναι σοβαρότερες και τα περιστατικά μη θανατηφόρας υπερβολικής δόσης αυξημένα. Εξίσου επιβλητικός είναι και ο αριθμός των θυμάτων που πλήττονται από αυτοκτονικό ιδεασμό, με πολλά από αυτά να καταφεύγουν στον αυτοτραυματισμό ή ακόμα και στις απόπειρες αυτοκτονίας (Jonsdottir et al., 2024).

Πίνακας 3: Συνέπειες της έμφυλης βίας

Ψυχολογικές συνέπειες	• Χαμηλή αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση
	• Αυξημένο άγχος, κατάθλιψη, αυπνία και απομόνωση
	• Συναισθηματική αστάθεια και θυμός
	• Δυσκολίες προσαρμογής στη νέα ζωή μετά την κακοποίηση
	• Αυξημένος κίνδυνος για:
	  o Διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD)
	  o Οριακή (μεταιχμιακή) διαταραχή προσωπικότητας
	  o Σχιζοτυπική, παρανοειδή, διπολική και μείζονα καταθλιπτική διαταραχή
	  o Δυσθυμία, διαταραχές σκέψης, σωματόμορφες διαταραχές

Κοινωνικές συνέπειες	• Στίγμα και κοινωνική απομόνωση • Δυσκολίες στη διατήρηση ή αναδόμηση κοινωνικών σχέσεων • Απώλεια φίλων και υποστηρικτικού δικτύου • Έντονο αίσθημα ανασφάλειας και αποκοπής από την κοινωνία • Δυσκολίες κοινωνικοποίησης και προσαρμογής

Οικονομικές και επαγγελματικές συνέπειες	• Μειωμένη απόδοση στην εργασία ή στις σπουδές • Συχνές απουσίες και ανάγκη για αναρρωτικές άδειες • Περιορισμένες ευκαιρίες επαγγελματικής ανέλιξης • Απόλυση ή μη ανανέωση συμβάσεων • Οικονομική εξάρτηση και φτώχεια • Έλλειψη επαγγελματικής εμπειρίας και χρηματοοικονομικού γραμματισμού • Συνεχιζόμενη οικονομική βία ακόμη και μετά την απομάκρυνση από τον κακοποιητή
Σωματικές συνέπειες	• Φυσικοί τραυματισμοί και χρόνιος πόνος • Σεξουαλικώς μεταδιδόμενα νοσήματα • Ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες και αμβλώσεις • Λοιμώξεις της ουροφόρου οδού • Κόπωση και εξάντληση
Εξαρτήσεις και αυτοκαταστροφικές συμπεριφορές	• Αυξημένος κίνδυνος κατάχρησης ουσιών • Συσχέτιση με μη θανατηφόρες υπερβολικές δόσεις • Αυτοτραυματισμός και αυτοκτονικός ιδεασμός • Απόπειρες αυτοκτονίας
Επιπτώσεις σχέσεων αποκαλύψεων βίας	• Σε ορισμένες περιπτώσεις, ενίσχυση των σχέσεων μετά την αποκάλυψη της βίας • Σε άλλες, επιδείνωση ή τερματισμός σχέσεων λόγω απορριπτικής ή αρνητικής στάσης του αποδέκτη

8.7.Μέτρα πολιτικής και νομοθεσίας για μείωση των συνεπειών

Για την αποτελεσματική μείωση των συνεπειών της έμφυλης βίας, είναι αναγκαία η υιοθέτηση στοχευμένων πολιτικών και νομοθετικών παρεμβάσεων. Πολλοί διεθνείς οργανισμοί, όπως ο ΟΗΕ και ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας, τονίζουν την ανάγκη ενίσχυσης της πρόσβασης των θυμάτων σε δωρεάν ψυχολογική και ψυχιατρική υποστήριξη, καθώς και στη νομική συνδρομή (UN Women, 2021· WHO, 2013). Παράλληλα, είναι κρίσιμο να θεσπιστούν πολιτικές που να διασφαλίζουν την εργασιακή προστασία των επιζωσών, όπως η δυνατότητα λήψης ειδικής άδειας για λόγους υγείας ή ασφάλειας, καθώς και η δημιουργία προγραμμάτων επαγγελματικής κατάρτισης και οικονομικής ενίσχυσης (European Institute for Gender Equality [EIGE], 2022).

Σε νομικό επίπεδο, ο ελληνικός Νόμος 3500/2006 για την αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής βίας προσφέρει βασικό πλαίσιο προστασίας, όμως απαιτείται περαιτέρω ενίσχυση της εφαρμογής του, καθώς και εξειδικευμένη εκπαίδευση των εμπλεκόμενων φορέων. Επιπλέον, σημαντικό ρόλο διαδραματίζουν οι πολιτικές στέγασης, όπως τα καταφύγια για γυναίκες θύματα βίας, τα οποία όχι μόνο εξασφαλίζουν άμεση ασφάλεια, αλλά προσφέρουν συμβουλευτική και υποστήριξη για την κοινωνική επανένταξη (Council of Europe, 2011). Τέλος, η προώθηση εκπαιδευτικών προγραμμάτων για την έμφυλη ισότητα, ήδη από τη σχολική ηλικία, αποτελεί βασικό εργαλείο πρόληψης της έμφυλης βίας σε μακροπρόθεσμο επίπεδο (UNESCO, 2019).

ΜΕΡΟΣ Β': ΜΕΘΟΔΟΛΟΓΙΑ ΕΡΕΥΝΑΣ

Η συγκεκριμένη μελέτη χρησιμοποιεί την μέθοδο της ποιοτικής έρευνας η οποία ασχολείται με το νόημα που οι άνθρωποι δίνουν στα γεγονότα που βιώνουν (Ίσαρη & Πουρκός, 2015). Οι ποιοτικοί μελετητές ερευνούν τα δεδομένα στο φυσικό τους περιβάλλον, και επεξεργάζονται τον κοινωνικό κόσμο μέσα από την εμπειρία των ατόμων αναφοράς με τη χρήση λεκτικών και παραστατικών δεδομένων (Ίσαρη & Πουρκός, 2015).

Η παρούσα έρευνα αποτελεί μέρος του διεθνούς, μη-χρηματοδοτούμενου έργου MiSToRy (Multicultural Study of Trauma Recovery) το οποίο συντονίζεται από τη Dr Denise Saint Arnault, PhD, RN, FAAN, καθηγήτρια στο Πανεπιστήμιο του Michigan. Η μελέτη έχει την άδεια της επιτροπής ηθικής και δεοντολογίας του Πανεπιστημίου του Michigan. Την ευθύνη για τον συντονισμό του MiSToRy στην Ελλάδα έχει το Ελληνικό Μεσογειακό Πανεπιστήμιο (ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ.). Επικεφαλής του προγράμματος είναι οι Ράτσικα Νικολέτα, PhD, Επίκουρη Καθηγήτρια στο Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας του ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ. και Κούτρα Κλειώ, PhD, MPH, BSW, Αναπληρώτρια Καθηγήτρια στο Τμήμα Κοινωνικής Εργασίας του ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ.

1. Σκοπός και στόχοι της μελέτης

Σκοπός της συγκεκριμένης μελέτης είναι η ανακάλυψη των επιπτώσεων της βίας στις γυναίκες μέσω της αφηγηματικής συνέντευξης. Συγκεκριμένα, η μελέτη στοχεύει στην κατανόηση και την καταγραφή του πώς οι επιζήσασες θα εξερευνήσουν, θα αφηγηθούν και θα αποτυπώσουν το τραύμα τους μέσα από την σύνδεση τους με το κοινωνικό τους περιβάλλον, τον εσωτερικό τους κόσμο και την εμπειρία τους.

2. Εργαλείο συλλογής στοιχείων

Για την παρούσα έρευνα αξιοποιήθηκε η Κλινική Εθνογραφική Αφηγηματική Συνέντευξη (Clinical Ethnographic Narrative Interview/CENI). Η χρήση της επιτρέπει στους ερευνητές και τους επαγγελματίες να εξετάσουν την πολύπλοκη αλληλεπίδραση μεταξύ πόνου, πολιτισμού και αναζήτησης βοήθειας. Η συνέντευξη ονομάστηκε «κλινική» επειδή επικεντρώνεται στην αγωνία και τον πόνο και «εθνογραφική» λόγω της μεγάλης έμφασης που δίνει στην πολιτιστική νοηματοδότηση τους (Saint Arnault & Shimabukuro, 2012). Ο όρος «αφηγηματική» αναφέρεται στον βασικό ρόλο που διαδραματίζουν οι αφηγηματικές τεχνικές στην συνέντευξη και καθιστούν ευκολότερη την αφήγηση της προσωπικής ιστορίας (Saint Arnault, 2017). Ο στόχος της Κλινικής Εθνογραφικής Αφηγηματικής Συνέντευξης είναι να βοηθήσει τους επιζώντες τραύματος να οργανώσουν τις εμπειρίες τους και τα πλαίσια του τραύματος και να κατανοήσουν την εμπειρία μέσω της εξέτασης των αιτιών και των νοημάτων.

Ο σκοπός της αφηγηματικής μορφής CENI είναι να διευκολύνει έναν συμμετέχοντα να συνδέσει πτυχές της ζωής μαζί και να εξετάσει αυτές τις συνδέσεις από διάφορες οπτικές γωνίες. Η CENI αναπτύχθηκε για να βοηθήσει τους συμμετέχοντες να αρθρώσουν το νόημα στη ζωή τους και να συσχετίσουν αυτό το νόημα με τη θεραπεία και την ανάκαμψη από ένα νέο, πιο συνειδητό, πλεονεκτικό σημείο. Η αφηγηματική προσέγγιση της CENI είναι μια δεσμευμένη διαδικασία μέσω της οποίας τα ασυνείδητα πρότυπα της ζωής κάποιου εισάγονται στη συνείδηση και, ως εκ τούτου, μπορούν να αναδιοργανωθούν και να ενσωματωθούν στη συνείδηση (Gergen & Gergen, 1986). Επειδή η μνήμη σχετικά με τραυματικές εμπειρίες μπορεί να είναι ελλιπής ή ασυνείδητη, η διαδικασία CENI χρησιμοποιεί δραστηριότητες που ξεκινούν ως μη λεκτικά σχέδια. Επιτρέπει στον συμμετέχοντα να έχει πρόσβαση πρώτα στη μη λεκτική (σιωπηρή) μνήμη, στη συνέχεια να εργαστεί στη συνέντευξη για να «βάλει λέξεις» και να οργανώσει εμπειρίες. Η αφηγηματική μέθοδος CENI χρησιμοποιεί ολιστικά δεδομένα που φωτίζουν τις αλληλεπιδράσεις μεταξύ φύλου, πολιτισμού, πεποιθήσεων, κοινωνικών δικτύων, πόρων, ικανοτήτων και δυνατών σημείων, καθώς και διλημμάτων που επιβάλλονται από κοινωνικοπολιτισμικούς περιορισμούς και τραυματικές εμπειρίες (Saint Arnault, 2017).

Σε πρώτο στάδιο, η CENI βάζει την συνεντευξιαζόμενη στην διαδικασία να δημιουργήσει έναν χάρτη κοινωνικής δικτύωσης για να διερευνηθεί η τρέχουσα κατάστασή της μέσα στο κοινωνικό της πλαίσιο. Στη συνέχεια, καλείται να

συμπληρώσει τον χάρτη του σώματος με σκοπό να αποτυπώσει την εμπειρία της στο σώμα της. Το επόμενο στάδιο για τη συμμετέχουσα είναι να συμπληρώσει την γραμμή της ζωής της, οργανώνοντας στον χρόνο τα γεγονότα και τα συναισθήματά που προκύπτουν μέσα από τις εμπειρίες της. Έπειτα, μέσα από την ταξινόμηση καρτών καλείται να δημιουργήσει έναν βιωματικό χάρτη συναισθημάτων. Τέλος, αυτά τα τέσσερα προϊόντα αποτελούν τη βάση για ερωτήματα σχετικά με την αιτία, τη συνέπεια, το νόημα, τον εαυτό της και το μέλλον (Saint Arnault, 2017).

3. Μέθοδος ανάλυσης

Για την ανάλυση των ποιοτικών δεδομένων χρησιμοποιήθηκε η μέθοδος της θεματικής ανάλυσης. Πρόκειται για μια ευέλικτη μέθοδο ανάλυσης δεδομένων, όπου βασίζεται στη συστηματική αναγνώριση, την οργάνωση αλλά και την κατανόηση των επαναλαμβανόμενων μοτίβων νοήματος σε ένα σύνολο δεδομένων (Braun & Clarke, 2006) Στη θεματική ανάλυση, ο ερευνητής έχει δημιουργικό και ενεργητικό ρόλο, καθώς παράγει και συγκροτεί θέματα (Τσιώλης, 2018). Με την αποπεράτωση των συνεντεύξεων πραγματοποιήθηκε η απομαγνητοφώνησή τους και στην συνέχεια η κωδικοποίησή τους και ο διαχωρισμός τους σε θεματικούς άξονες προκειμένου να είναι δυνατή η εξαγωγή συμπερασμάτων.

4. Το δείγμα

Το δείγμα αποτελείται από εννέα γυναίκες, 22 έως 55 ετών, τρεις εκ των οποίων είναι φοιτήτριες, τέσσερις νοσηλεύτριες, μία πυροσβέστης και μία δημόσια υπάλληλος. Σχετικά με τον τόπο διαμονής τους, τρεις μένουν στον Δήμο Ηρακλείου, δύο στον Δήμο Χανίων, μία στον Δήμο Χερσονήσου, μία στον Δήμο Βόλου, μία στο Δήμο Μαλεβιζίου και μία στον Δήμο Πατρέων. Επιπλέον, τέσσερις από τις εννέα έχουν ολοκληρώσει την Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση ενώ όλες οι υπόλοιπες έχουν ολοκληρώσει την Τριτοβάθμια Εκπαίδευση. Όσον αφορά την οικογενειακή τους κατάσταση, οι πέντε είναι διαζευγμένες, η μία έγγαμη και οι υπόλοιπες άγαμες ενώ οι έξι είναι και μητέρες. Παράλληλα, έγινε χρήση του εργαλείου ‘Trauma Recovery Rubric’ με το οποίο καταμετρήθηκε το μονοπάτι ανάρρωσης από το τραύμα της έμφυλης βίας όπου βρίσκεται η κάθε συνεντευξιαζόμενη. Έτσι, φάνηκε πως τρεις συμμετέχουσες βρίσκονται στο μονοπάτι της Εύρεσης Ενσωμάτωσης/Ισορροπίας (Finding Integration/Equanimity) κατά το οποίο περιγράφουν την επίτευξη ελέγχου των συμπτωμάτων και τις επιτυχίες στη θεραπευτική διαδικασία, αλλά αναγνωρίζουν και

αποδέχονται περιστασιακές οπισθοδρομήσεις ή αρνητικά συναισθήματα. Έπειτα, δύο από τις συμμετέχουσες ανήκουν στο μονοπάτι της Αναζήτησης και του αγώνα για Ενσωμάτωση (Seeking and fighting for Integration) κατά το οποίο οι προσπάθειες για την ανάρρωσή τους επικεντρώνονται κυρίως στην εξερεύνηση τρόπων για να αντιμετωπίσουν ή να θεραπευτούν από το τραύμα. Κάνουν συνειδητές προσπάθειες να βρουν τρόπους για να θεραπευτούν. Κατόπιν, δύο συμμετέχουσες βρίσκονται στο μονοπάτι της Επιβίωσης (Surviving) καθώς επικεντρώνονται σε εξωτερικά γεγονότα για να εξηγήσουν την απογοήτευση και την ταλαιπωρία τους. Νιώθουν ότι δεν έχουν έλεγχο στο περιβάλλον τους και στις συναισθηματικές τους αντιδράσεις σε αυτό, επικεντρώνονται στα προβλήματα και στην επίλυσή τους. Παράλληλα, μια συμμετέχουσα βρίσκεται στο μονοπάτι της Κυρίευσης/Παγίδευσης (Consumed/Trapped) καθώς βλέπει το τραύμα και τις συνέπειές του ως τον κύριο παράγοντα που καθορίζει την ταυτότητα, τη λειτουργικότητα, τα συναισθήματα και τις αποφάσεις της. Τέλος, μία συμμετέχουσα βρίσκεται στο μονοπάτι της Απενεργοποίησης ("Shut down" or frozen) αφού προσπαθεί να απομονωθεί από τα συναισθήματά της και το σώμα της. Αναγνωρίζει νοητικά ότι το τραύμα έχει αντίκτυπο, αλλά δεν μπορεί να συνδεθεί συναισθηματικά ή σωματικά με τις αντιδράσεις του τραύματος. Φαίνεται να της είναι δύσκολο να διαχειριστεί τα συναισθήματα ή τις αναμνήσεις της.

Συμπληρωματικό Υλικό: Επιπλέον συνοδευτικές πληροφορίες μπορούν να ληφθούν από το: https://www.mdpi.com/article/10.3390/ijerph191610310/s1

Κωδικός Συνεντευξιαζόμενης	Ηλικία	Φύλο	Επάγγελμα	Τόπος Διαμονής	Μορφωτικό επίπεδο	Οικογενειακή Κατάσταση	Τέκνα	Trauma Recovery Rubric
Σ1	22	Θ	Φοιτήτρια	Δήμος Ηρακλείου	Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση	Άγαμη	-	14 (Consumed/Trapped)
Σ2	29	Θ	Φοιτήτρια	Δήμος Ηρακλείου	Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση	Άγαμη	-	34 (Finding Integration/Equanimity)
Σ3	40	Θ	Νοσηλεύτρια	Δήμος Χερσονήσου	Τριτοβάθμια Εκπαίδευση	Διαζευγμένη	3	27 (Seeking and fighting for Integration)
Σ4	55	Θ	Πυροσβέστης	Δήμος Βόλου	Τριτοβάθμια Εκπαίδευση	Διαζευγμένη	2	29 (Surviving)
Σ5	42	Θ	Δημόσια Υπάλληλος	Δήμος Μαλεβιζίου	Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση	Έγγαμη	2	33 (Seeking and fighting for Integration)
Σ6	35	Θ	Νοσηλεύτρια	Δήμος Χανίων	Τριτοβάθμια Εκπαίδευση	Διαζευγμένη	2	42 (Finding Integration/Equanimity)
Σ7	55	Θ	Νοσηλεύτρια	Δήμος Χανίων	Τριτοβάθμια Εκπαίδευση	Διαζευγμένη	1	24 ("Shut down" or frozen)
Σ8	24	Θ	Φοιτήτρια	Δήμος Πατρέων	Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση	Άγαμη	-	41 (Finding Integration/Equanimity)
Σ9	47	Θ	Νοσηλεύτρια	Δήμος Ηρακλείου	Τριτοβάθμια Εκπαίδευσης	Διαζευγμένη	1	28 (Surviving)

Εικόνα 1: Δημογραφικά στοιχεία

5. Η δειγματοληψία

Στη συγκεκριμένη μελέτη χρησιμοποιήθηκαν τρεις διαφορετικές μέθοδοι δειγματοληψίας. Αρχικά, εφαρμόστηκε η μέθοδος της σκόπιμης δειγματοληψίας κατά την οποία έγινε αξιοποίηση της πρότερης γνώσης και των άτυπων δικτύων των ερευνητριών. Έπειτα, αξιοποιήθηκε η εθελοντική δειγματοληψία όπου έγινε κάλεσμα συμμετοχής μέσω ανάρτησης στα Μέσα Κοινωνικής Δικτύωσης καθώς και η δειγματοληψία με την μέθοδο της χιονοστιβάδας όπου κάποιες από τις γυναίκες που συμμετείχαν ήδη έφεραν τις ερευνήτριες σε επαφή με νέες υποψήφιες που πληρούσαν τα κριτήρια συμμετοχής. Έτσι, επιλέχθηκαν μετέχουσες οι οποίες εξυπηρετούσαν τους σκοπούς της έρευνας.

6. Ζητήματα ηθικής και δεοντολογίας

Η πληροφόρηση των συμμετεχουσών στη συνέντευξη καθώς και η συναίνεσή τους με τη μορφή γραπτής συγκατάθεσης, αποτέλεσαν βασικές προϋποθέσεις τόσο για τη συμμετοχή τους στην έρευνα, όσο και για τη μαγνητοφώνηση αυτής. Ορισμένες συνεντεύξεις πραγματοποιήθηκαν σε προστατευμένο χώρο του Ελληνικού Μεσογειακού Πανεπιστημίου ενώ οι υπόλοιπες συνεντεύξεις έλαβαν χώρα σε τοποθεσία που επέλεξαν οι ίδιες οι συνεντευξιαζόμενες. Και στις δύο περιπτώσεις, βασική μέριμνα ήταν να εξασφαλιστεί η ιδιωτικότητα και η εμπιστευτικότητα όσων καταγράφηκαν. Η διάρκεια των συνεντεύξεων κυμάνθηκε από σαράντα πέντε λεπτά έως δύο ώρες. Τα στοιχεία που συλλέχθηκαν, χρησιμοποιήθηκαν αποκλειστικά και μόνο για τους σκοπούς της μελέτης, ενώ διασφαλίστηκε και η ανωνυμία. Η Κλινική Εθνογραφική Αφηγηματική Συνέντευξη είναι δομημένη με τέτοιο τρόπο ώστε να συμβάλλει στην προσπάθεια μη βλάβης των γυναικών κατά τη διάρκεια της αφήγησής τους. Σε κάθε περίπτωση όμως, οι συμμετέχουσες ήταν ελεύθερες να σταματήσουν τη διαδικασία οποιαδήποτε στιγμή το επιθυμούσαν. Η συγκεκριμένη μελέτη έχει λάβει άδεια από την Επιτροπή Ηθικής και Δεοντολογίας του ΕΛ.ΜΕ.ΠΑ. με αριθμό άδειας «40 ΕΜΠ-60-22/02/2021».

7. Δυσκολίες και τρόποι άρσης τους

Κατά την διεξαγωγή της έρευνας παρουσιάστηκαν ορισμένες δυσκολίες. Αρχικά, υπήρξε μεγάλη δυσκολία στην εύρεση του δείγματος γεγονός που συντέλεσε στην καθυστέρηση της αποπεράτωσης την συγκεκριμένης Πτυχιακής Εργασίας. Λόγω της ευαίσθητης θεματολογίας της έμφυλης βίας αποδείχθηκε αρκετά δύσκολη η

προσέγγιση του πληθυσμού. Ο αρχικός στόχος ήταν να ληφθούν δώδεκα συνεντεύξεις αλλά δεν στάθηκε δυνατό καθώς μόνο εννέα γυναίκες δέχθηκαν να συμμετέχουν. Για τρεις συνεντεύξεις χρειάστηκε η μετακίνηση των ερευνητριών σε άλλες πόλεις, πράγμα που ήταν απαιτητικό. Ταυτόχρονα, όμως, συντέλεσε στην αύξηση του αριθμού του δείγματός καθώς και στην ένταξη υποψηφίων που ήθελαν να συμμετέχουν αλλά ζούσαν σε άλλες πόλεις. Παράλληλα, υπήρξε μια γυναίκα η οποία τελευταία στιγμή αρνήθηκε να λάβει μέρος καθώς εν τέλει αποφάσισε πως δεν επιθυμούσε να μοιραστεί την εμπειρία της με τις ερευνήτριες. Την ίδια στιγμή, τρείς συνεντευξιαζόμενες δυσκολευτήκαν να μιλήσουν για τα βιώματά τους, ήταν αρκετά φειδωλές και επιφυλακτικές. Συγκεκριμένα, μία από αυτές ένιωσε πιο άνετα να εκμυστηρευτεί περισσότερες λεπτομέρειες μετά τον τερματισμό της ηχογράφησης. Σε κάθε περίπτωση, οι συνεντεύκτριες άκουγαν με προσοχή ό,τι είχαν να μοιραστούν οι συμμετέχουσες και επιδίωξαν με κάθε τρόπο να εμπνεύσουν εμπιστοσύνη.

ΜΕΡΟΣ Γ': ΑΝΑΛΥΣΗ ΤΩΝ ΔΕΔΟΜΕΝΩΝ

Παρακάτω παρουσιάζονται τα αποτελέσματα όπως προέκυψαν από την θεματική ανάλυση. Συνοπτικά, οι θεματικοί άξονες και οι κατηγορίες που αναδύθηκαν, αναγράφονται στον Πίνακα 3.

Πίνακας 3: Βασικοί θεματικοί άξονες και κατηγορίες θεματικής ανάλυσης

Provisional category	Subcategories	Properties
1. Καθημερινή ζωή και ρόλοι	1.1.Τυπική εβδομάδα	-Γενικά -Πανεπιστήμιο -Εργασία -Οικογένεια -Ελεύθερος χρόνος -Νοικοκυριό
	1.2.Ρόλοι	-Οικογένεια -Φίλοι -Εργασία/Σπουδές -Ρόλος της γυναίκας -Άλλοι ρόλοι
2. Κοινωνικό δίκτυο	2.1.Περιγραφή κοινωνικού δικτύου	-Εαυτός -Οικογένεια -Φίλοι -Εργασία/Πανεπιστήμιο -Συντροφικές σχέσεις -Άλλοι

	2.2.Ποιότητα σχέσεων με το κοινωνικό δίκτυο	-Οικογένεια -Φίλοι -Εργασία/Πανεπιστήμιο -Συντροφικές σχέσεις -Άλλα
	2.3.Πρόσωπα αναφοράς σε στιγμές ανάγκης	-Οικογένεια -Φίλοι -Συντροφική σχέση -Θεία/Σχέση με θεό
3. Χάρτης σώματος	3.1.Αναφορά στο σώμα	-Αυτοτραυματισμός -Παθήσεις -Σωματικοί πόνοι/Τραυματισμοί -Αυτοεικόνα -Κακοποίηση
	3.2.Αναφορά στην ψυχολογία	-Αυτοεικόνα -Κακοποίηση -Κατάθλιψη -Δύσκολες συναισθηματικές περίοδοι -Άλλες αναφορές
	3.3.Αναφορά σε ψυχοσωματικά	-Γυναικολογικά προβλήματα -Αυτοάνοσα νοσήματα -Τριχόπτωση -Κρίση πανικού -Σωματικοί πόνοι -Τρέμουλο -Ακμή
4. Γραμμή ζωής	4.1.Υψηλά σημεία	-Παιδική ηλικία -Εφηβεία -Σπουδές -Εργασία -Φίλοι -Συντροφικές σχέσεις -Οικογενειακές σχέσεις -Ψυχολογική υποστήριξη -Σήμερα
	4.2.Χαμηλά σημεία	-Παιδική ηλικία -Οικογενειακές σχέσεις -Εργασία -Χρήση ουσιών -Κατάθλιψη -Κακοποίηση

		-Σήμερα
	4.3.Τι βοήθησε στην μετατόπιση από τα χαμηλά σημεία, στα ψηλά σημεία	-Οικογένεια -Φίλοι -Ψυχολογική υποστήριξη -Πίστη -Σπουδές/ Εργασία -Γεγονότα/Στάσεις ζωής
5. Νόημα χαμηλού σημείου/Ταξινόμηση καρτών	5.1.Κάρτες (συναισθημάτων/ σωματικών συμπτωμάτων)	-9/9: Ενοχές -9/9: Αγχωμένη/Νευρική -8/9: Απογοητευμένη -8/9: Ταχυκαρδία -8/9: Αποξενωμένη -8/9: Μοναξιά -8/9: Θυμωμένη -8/9: Ένταση -8/9: Αγωνία -8/9: Μετανιωμένη -8/9: Ευάλωτη -8/9: Αποκομμένη -8/9: Άκεφη -8/9: Ακινητοποιημένη -7/9: Ανήσυχη -7/9: Απόσυρση -7/9: Αδυναμία -7/9: Ντροπή -7/9: Μελαγχολική -7/9: Αίσθημα βάρους στο στήθος/ Ασφυξία -6/9: Προβλήματα στο στομάχι -6/9: Πονοκέφαλοι -6/9: Αβοήθητη -6/9: Κόπωση/Κούραση -5/9: Παραίτηση -5/9: Ευγνωμοσύνη -5/9: Ελπίδα -4/9: Περηφάνεια -4/9: Διασκέδαση -4/9: Αγάπη -3/9: Ενδιαφέρον -1/9: Δέος -Κενή κάρτα
	5.2.Ταξινόμηση καρτών	-Χρονική σειρά -Παρόμοιες ταξινομήσεις

		-Άλλες ταξινομήσεις
	5.3.Ονομασία χαμηλού σημείου	-Ονομασίες
	5.4.Νόημα χαμηλού σημείου για τον εαυτό	-Βοήθεια για προσωπική εξέλιξη -Αίσθηση του εαυτού -Αρνητικός αντίκτυπος
	5.5.Νόημα χαμηλού σημείου για τους άλλους	-Αρνητικά συναισθήματα -Μοναχικό βίωμα -Θετικός αντίκτυπος
	5.6.Δράσεις που βοήθησαν	-Στήριξη από σημαντικά πρόσωπα -Στήριξη από ειδικούς -Εκπαίδευση/Εργασία -Άλλες δράσεις
	5.7.Συμβουλή	-Απομάκρυνση -Αυτοεκτίμηση -Εύρεση της κατάλληλης στιγμής
6. Η περίοδος της βίας	6.1.Κακοποίηση	-Σωματική κακοποίηση -Ψυχολογική βία -Σεξουαλική κακοποίηση -Σεξουαλική παρενόχληση -Οικονομική κακοποίηση -Παρακολούθηση -Περίοδοι χάριτος -Αντίδραση θύματος στη βία -Αντίκτυπος βίας στα παιδιά -Προσπάθειες και δράσεις διαφυγής -Εμπλοκή με το σύστημα -Δικαστικές διαδικασίες
	6.2.Θύτης	-Καταχρήσεις και παραβατικότητα -Οικογενειακό υπόβαθρο -Αντίληψη θύτη για βία -Κοινωνικοοικονομικό προφίλ -Καθημερινότητα και κοινωνικές επαφές -Στάση κοινωνικού περίγυρου -Συμπεριφορές και αλλαγή
	6.3.Επιζήσασα	-Κατάσταση θύματος -Δυσκολία βιοπορισμού -Αντίληψη για την βία -Συναναστροφή με τον κοινωνικό περίγυρο -Υπόβαθρο βίας στην οικογένεια

		-Επιθετικές σκέψεις προς τον θύτη -Αναζήτηση βοήθειας από ειδικούς -Πηγές δύναμης -Αντίκτυπος της βίας στο σήμερα

1. Καθημερινή ζωή και ρόλοι

Κατά την έναρξη της διαδικασίας, οι συνεντευξιαζόμενες καλέστηκαν να απαντήσουν σε μια σειρά από ερωτήσεις σχετικά με την καθημερινότητά τους σε μια τυπική εβδομάδα της ζωής τους καθώς και με τους κοινωνικούς ρόλους που αναλάμβαναν στο πλαίσιο αυτής.

1.1.Τυπική εβδομάδα

Ξεκινώντας με την περιγραφή της τυπικής τους εβδομάδας, αρκετές μετέχουσες ανέφεραν ότι έχουν γενικότερα ένα επιβαρυμένο πρόγραμμα. Συγκεκριμένα, η Σ1 παραθέτει: «…τρέχω πάρα πολύ…». Παρομοίως, η Σ6 δηλώνει: «Είναι αρκετά πιεσμένο το πρόγραμμα από την άποψη ότι προσπαθώ και να βρω χρόνο για μένα, όταν μπορώ…εβδομαδιαία δεν μπορώ να πω ότι έχω πολύ χρόνο για εμένα» και η Σ7 προσθέτει: «Εντάξει όλη η εβδομάδα είναι προγραμματισμένη…γενικά δεν έχω πολύ χρόνο, δεν μπορώ να πω ότι έχω χρόνο, που μένει δηλαδή και είναι κενός, είναι όλα προγραμματισμένα για μένα».

Στη συνέχεια, κάποιες γυναίκες μίλησαν για την καθημερινότητα και τις υποχρεώσεις τους ως προπτυχιακές και μεταπτυχιακές φοιτήτριες. Η Σ2 σημειώνει: «Τώρα που έχω και την πρακτική αυτό το εξάμηνο…Και κάθε εβδομάδα τα πρωινά είμαι στη σχολή λόγω και του εργαστηρίου…διάβασμα». Η Σ8 προσθέτει: «…τις μέρες που έχω σχολή, θα πάω σχολή…Έχω διάβασμα, κάνω εργασίες.». Συγχρόνως, η Σ3 και η Σ7 συμπληρώνουν αντίστοιχα: «…τώρα με το μεταπτυχιακό προσπαθώ να μοιράζω λίγο το χρόνο για να ασχοληθώ και με τις εργασίες, με τις απαιτήσεις που έχει το μεταπτυχιακό. Παρασκευή, Σάββατο έχω πάντα ρεπό από τη δουλειά μου έρχομαι εδώ παρακολουθώ το μαθήματα…» και «έχω τις δύο μέρες το ρεπό μου τις οποίες ασχολούμαι με το μεταπτυχιακό».

Παράλληλα, μεγάλο μέρος του χρόνου τους εβδομαδιαία καταλαμβάνει η εργασία τους, την οποία επισήμαναν αρκετές γυναίκες. Πιο αναλυτικά, η Σ4 διευκρινίζει: «…στις 07:00 πιάνω δουλειά, περίπου στις 15:00 έχω επιστρέψει…μετά

κάνω τη δεύτερη δουλειά μου, όπου πηγαίνω και φυλάω μια κυρία και της διαβάζω». Η Σ6 αναφέρει: «Η δουλειά μου είναι πολύ ζόρικη. Αλλά έχω φροντίσει να την προσαρμόσω στις ανάγκες της οικογένειάς μου…Δουλεύω μόνο πρωί…και δεν δουλεύω Σαββατοκύριακα». Τέλος, η Σ7 επισημαίνει: «…έχω τα το πενθήμερο μου στη δουλειά…».

Με ανάλογο τρόπο, οι συνεντευξιαζόμενες μίλησαν για τον χρόνο που αφιερώνουν καθημερινά στην οικογένειά τους, στους συντρόφους και τα παιδιά τους. Η Σ2 δηλώνει: «…συγκατοικώ με τον σύντροφό μου…Πάμε στους γονείς του...». Έπειτα, η Σ5 και η Σ6 παραθέτουν αντίστοιχα: «Η εβδομάδα μου εμένα είναι δουλειά, σπίτι, παιδιά. Και ό,τι δραστηριότητα αφορά τα παιδιά. Αφιερώνω πολύ χρόνο στα παιδιά» και «…τα παιδιά τα έχω όλες τις υπόλοιπες ώρες…περνάμε όλη την υπόλοιπη μέρα μαζί μέχρι να κοιμηθούμε».

Οι μετέχουσες αναφέρθηκαν επίσης στον ελεύθερο χρόνο που έχουν κατά την διάρκεια της εβδομάδας. Ειδικότερα, η Σ2 επισημαίνει: «Ε το απόγευμα θα γυρίσει και ο σύντροφος απ' τη δουλειά, τρώμε μαζί και το απόγευμα είτε θα κάτσουμε σπίτι να χαζέψουμε τηλεόραση, να κάνουμε κάτι… πάμε γιόγκα, πάμε διαιτολόγο ή θα πάω σε κάποια φίλη μου για καφέ, βόλτα και τα λοιπά…τα Σαββατοκύριακα, είτε θα πάμε μια εκδρομή κάπου εκτός Ηρακλείου, είτε θα πάμε στο χωράφι γιατί έχουνε κοτούλες και τέτοια και πάμε για…αγροτικές εργασίες». Η Σ3 σημειώνει: «…κάνω κάποιες δραστηριότητες προσωπικές, χόμπι, πηγαίνω γυμναστήριο… έχω αποκτήσει παρέες οπότε και ένα πρωινό καφεδάκι στο σπίτι… Με παρέα…». Τέλος, η Σ6 προσθέτει: «…ξεδίνω βλέποντας ταινίες…».

Ακολούθως, οι γυναίκες εστιάζουν στον χρόνο που αφιερώνουν καθημερινά σε δουλειές του σπιτιού. Πιο συγκεκριμένα, η Σ4 υπογραμμίζει: «Νωρίς το πρωί με προετοιμασία στο σπίτι για φαγητό…κλείνει η νύχτα με κάνα 2-3 δουλειές, ένα μάζεμα και τα λοιπά». Η Σ8 συμπληρώνει: «Γενικά θα ασχοληθώ με το σπίτι, θα μαγειρέψω» και η Σ9 τονίζει: «…θα πρέπει να έχω φροντίσει να υπάρχει φαγητό, τα πάντα, οι δουλειές του σπιτιού…».

1.2.Ρόλοι

Στη συνέχεια, οι συνεντευξιαζόμενες προχώρησαν στην σκιαγράφηση των ρόλων που αναλαμβάνουν στην καθημερινότητά τους. Αρχικά, αναφέρθηκαν σε οικογενειακούς ρόλους, όπως αυτούς της μητέρας, της κόρης, της αδερφής, της ξαδέρφης και της θείας. Η Σ2 εκφράζει: «…είμαι αδερφή, είμαι κόρη, είμαι ξαδέρφη,

θεία, έχω ανίψια…». Παράλληλα, η Σ5 δηλώνει: «Μαμά…Και αδελφές που είμαστε πολύ δεμένες…ο αδερφός μου…». Η Σ9 επισημαίνει: «…μητέρα…Είμαι κόρη…είμαι αδερφή…είμαι μαμά για το σκυλάκι μας».

Αρκετά σημαντικός θεωρήθηκε και ο ρόλος της φίλης. Αναλυτικότερα, η Σ1 και η Σ8 παραθέτουν αντίστοιχα: «…οι κολλητοί μου φίλοι που έχουμε μεγαλώσει μαζί είναι στην Αθήνα…είμαι στα τηλέφωνα ξέρεις υποστήριξη όσο μπορείς να ανταποκριθείς στο ρόλο του φίλου…» και «…το ρόλο της φίλης…».

Ακόμα, σημειώθηκαν ρόλοι που σχετίζονται με την εργασία και τις σπουδές των γυναικών. Η Σ3 υπογραμμίζει: «…είμαι μεταπτυχιακή φοιτήτρια…εργάζομαι ως νοσηλεύτρια σε μια μονάδα φροντίδας ηλικιωμένων…». Έπειτα, η Σ4 προσθέτει: «Είμαι πυροσβέστης…συνάδελφος.» ενώ η Σ7 τονίζει: «…εργαζόμενη…το ρόλο της μεταπτυχιακής φοιτήτριας…». Τέλος, η Σ8 συμπληρώνει: «…της φοιτήτριας…».

Δύο μετέχουσες εστίασαν και στον ρόλο της γυναίκας, που όπως δήλωσαν όμως τον έχουν παραμελήσει. Η Σ5 και η Σ6 εκφράζουν αντίστοιχα: «…Το γυναίκα το έχω αφήσει λίγο…» και «Νομίσω ότι έχω αφήσει πολύ πίσω τον τίτλο της γυναίκας».

Κάποιοι ακόμα ρόλοι που αναφέρθηκαν είναι εκείνοι της συντρόφου, της ελεύθερης ύπαρξης, του πολίτη της χώρας, της εθελόντριας και ο ρόλος της προέδρου σε σύλλογο γονέων και κηδεμόνων. Η Σ2 επισημαίνει: «Είμαι σύντροφος… Αλλά γενικά είμαι ελεύθερη. Αυτό δεν είναι ρόλος, αλλά νιώθω ελεύθερη.». Η Σ4 παραθέτει: «…πολίτης αυτής της χώρας σε ένα ευρύτερο πλαίσιο…» καθώς και η Σ9 σημειώνει: «Είμαι πρόεδρος στο σύλλογο γονέων και κηδεμόνων…είμαι και εθελόντρια…».

2. Κοινωνικό δίκτυο

Προχωρώντας στο κύριο μέρος της συνέντευξης, ο πρώτος χάρτης που παραχωρήθηκε στις συνεντευξιαζόμενες ήταν εκείνος του κοινωνικού δικτύου. Τους ζητήθηκε, αρχικά, να αποτυπώσουν τον εαυτό τους πάνω στο χαρτί και, στην συνέχεια, να συμπληρώσουν γύρω του τα άτομα τα οποία αποτελούσαν το κοινωνικό τους περιβάλλον.

2.1.Περιγραφή του κοινωνικού δικτύου

Οι συμμετέχουσες, πράγματι, τοποθέτησαν πρώτα τον εαυτό τους στον χάρτη. Η Σ1 είπε χαρακτηριστικά: «…θα σου φτιάξω εδώ εμένα…», με την Σ3 και την Σ5 να προσθέτουν αντιστοίχως: «Εδώ έχω ζωγραφίσει τον εαυτό μου…» και «Αυτή είμαι εγώ».

Κατόπιν, έκαναν αναφορά στις οικογένειές τους μιλώντας για τους γονείς, τα αδέρφια τους, τα παιδιά τους, για θείους, ξαδέρφια και παππούδες ενώ μία ανέφερε και τον σύζυγό της. Πιο συγκεκριμένα, η Σ2 δηλώνει: «…ο μπαμπάς μου κι η μαμά μου…Μετά είναι τα αδέρφια μου…η ξαδέρφη μου…». Έπειτα, η Σ5 παραθέτει: «Θα κάνω τα κορίτσια μου. Θα βάλω και το σύζυγο…τις αδερφές μου…τον αδερφό μου. Θα βάλω τα ανίψια…και ξαδέρφη…Και η Θεία μου…». Παράλληλα, η Σ7 προσθέτει: «…τον γιο μου…και την…γυναίκα του…» ενώ η Σ8 συμπληρώνει: «…αυτή είναι η μαμά μου και αυτά είναι τα αδέρφια μου…ο μπαμπάς μου…έχω και 4 παππούδες…».

Στην συνέχεια, μίλησαν για την παρουσία των φίλων τους στις ζωές τους. Ειδικότερα, η Σ1 επισημαίνει: «…εδώ είναι οι 4 κολλητές μου…μετά είναι οι 2 κολλητοί μου…». Όμοια, η Σ5 και η Σ8 αναφέρουν: «…η φίλη μου…η κουμπάρα μου…» και «…αυτοί, όλοι είναι οι φίλοι μου…».

Ακόμα, έκαναν λόγο και για τις επαφές τους με άτομα από τον χώρο του πανεπιστημίου ή της εργασίας τους. Η Σ2 τονίζει: «…είναι οι συμφοιτήτριές μου που είμαστε μαζί και στη πρακτική…μετά είναι οι καθηγητές της σχολής…». Αντίστοιχα, η Σ5 σημειώνει: «…οι συναδέλφισσές μου».

Την ίδια στιγμή, πρόσθεσαν και τις συντροφικές τους σχέσεις. Έτσι, η Σ1 λέει: «…και η καινούργια μου σχέση…» ενώ η Σ2 συμπληρώνει: «…πρώτος είναι ο σύντροφός μου…».

Άλλοι άνθρωποι, τους οποίους οι συνεντευξιαζόμενες έβαλαν στο κοινωνικό τους δίκτυο, ήταν η οικογένεια του συντρόφου της μίας από αυτές, ο πρώην σύζυγος μίας άλλης και οι γονείς από συμμαθητές παιδιών. Με άλλα λόγια, η Σ2 αναδεικνύει: «…είναι οι γονείς του συντρόφου μου και η αδερφή του, με το αγόρι της, που είναι στην καθημερινότητά μου…». Από την άλλη, η Σ4 επισημαίνει αναφερόμενη στον πρώην σύζυγό της: «Και, εδώ πίσω, πλέον, είναι ο μπαμπάς τους» ενώ η Σ6 συμπληρώνει: «Γονείς άλλων παιδιών…».

2.2.Ποιότητα των σχέσεων με το δίκτυο

Όσον αφορά στην ποιότητα των σχέσεων των συμμετεχουσών με τις οικογένειές τους, αναφέρθηκαν τόσο στενές και υποστηρικτικές σχέσεις, όσο και πιο απομακρυσμένες καθώς και σχέσεις που χαρακτηρίζονται από περιπλοκότητα. Πιο συγκεκριμένα, η Σ5 δηλώνει: «Τα βάζω γιατί είμαστε τόσο δεμένοι. Δηλαδή, τα αδέρφια μου και τα ανίψια μου, για μένα είναι η ζωή μου, η καθημερινότητα μου. Μετά τα παιδιά μου βέβαια». Την ίδια στιγμή, η Σ9, αναφερόμενη στην μητέρα της, τονίζει:

«…είναι πολύ σημαντικό πρόσωπο στη ζωή μου». Από την άλλη, η Σ2 παραθέτει: «Μετά είναι τα αδέρφια μου, τα οποία τα αγαπάω πάρα πολύ…δυστυχώς, δεν καταλαμβάνουν πολύ χρόνο στη ζωή μου γιατί είμαστε και σε άλλες πόλεις…αλλά τα 'χω πάντα στην έννοια μου…ο μπαμπάς μου…νιώθω την απόσταση με αυτόν τον άνθρωπο. Νιώθω δηλαδή ότι κάποιες φορές θα θέλω να τον δω, αλλά δεν θα είναι διαθέσιμος…ίσως και με την αδερφή μου, γιατί μπορεί κάποιες φορές να νιώθω ότι μου μεταφέρει μια αρνητική ενέργεια χωρίς να το καταλαβαίνω». Η Σ5 προσθέτει: «Θα βάλω και το σύζυγο. Αν και έχουμε απομακρυνθεί κάπως…». Παράλληλα, η Σ6 σημειώνει: «Οι δικοί μου γονείς είναι πιο πίσω. Δεν μένουμε στην ίδια πόλη…τους βλέπω… 2 φορές τον χρόνο;» με την Σ7 να προσθέτει: «…γενικά έχω απομακρυνθεί, είμαι μόνη μου, εκτός από το γιο μου που, και την…γυναίκα του…ας πούμε μου συμπαραστέκονται τόσο όσο, δεν αφήνω και πολύ να μπαίνουν στα πολύ προσωπικά μου…».

Σχετικά με τις εμπειρίες που μοιράστηκαν από τις φιλίες τους, όλες φάνηκε ότι είχαν πολύ θετικά συναισθήματα. Ειδικότερα, η Σ1 υπογραμμίζει: «Πάλι οικογένεια τους νιώθω…έχουμε μεγαλώσει μαζί…είμαστε αχώριστες…ξέρω ότι, ανά πάσα στιγμή, αυτοί οι άνθρωποι είναι εκεί για μένα…». Κατόπιν, η Σ3 αναδεικνύει: «…μια κοπέλα…κατέληξε μια σχέση η οποία να συνδέεται πάρα πολύ με δυνατούς δεσμούς…», ενώ η Σ8 προσθέτει: «Με τις κοπέλες αυτές τις 3…επειδή συγκατοικούσαμε είχαμε δεθεί πάρα πολύ, δηλαδή θα μιλήσουμε καθημερινά και γενικά τις θεωρώ από τις πολύ καλές μου φίλες».

Οι συμμετέχουσες εξέφρασαν, επίσης, ιδιαίτερα θερμά σχόλια για την ποιότητα των σχέσεων που έχουν αναπτύξει στο εργασιακό τους περιβάλλον ή το πανεπιστήμιο. Όπως λέει η Σ5: «…ερχόμαστε στο χώρο εργασίας. Που για μένα είναι πολύ σημαντικός…είμαστε μαζί κάθε μέρα», ενώ η Σ6 υπογραμμίζει: «…η αλήθεια είναι ότι με έχουν βοηθήσει πάρα πολύ οι συνάδελφοι που έχω…Και να στήσω το σπίτι που έχω εδώ…αποδείχθηκαν στην πράξη άνθρωποι που βοήθησαν κατ' ουσίαν». Ταυτοχρόνως, η Σ2 δηλώνει: «…οι συμφοιτήτριές μου που…είμαστε τελείως διαφορετικές όλες μεταξύ μας…συνεργαζόμαστε, διαφωνούμε, συμφωνούμε, γελάμε, νευριάζουμε…οι καθηγητές της σχολής, οι οποίοι μου δημιουργούν συναισθήματα…παίρνω πράγματα, μαθήματα ζωής από αυτούς».

Όσον αφορά τις συντροφικές σχέσεις, η Σ1 σημειώνει: «η καινούργια μου σχέση, που επειδή είπες ότι, ας πούμε, σε καθημερινό επίπεδο, ποιους συναναστρέφομαι, έβαλα και αυτόν μέσα…είναι στην Αθήνα». Συμπληρωματικά, η Σ2

τονίζει: «Έχει σταθεί δίπλα μου σε πάρα πολύ σημαντικές στιγμές και είναι, σε έναν πολύ μεγάλο βαθμό, υπεύθυνος για αυτό που είμαι σήμερα. Με γνώρισε στη χειρότερη φάση της ζωής μου και ήταν εκεί για μένα, πρώτα σαν ανθρώπους και μετά σαν οτιδήποτε άλλο».

2.3.Πρόσωπα αναφοράς σε στιγμές ανάγκης

Προχωρώντας στην συνέντευξη, οι συμμετέχουσες ρωτήθηκαν ποια ήταν τα πρόσωπα εκείνα στα οποία στρέφονταν για υποστήριξη σε στιγμές ανάγκης. Οι απαντήσεις τους εστιάστηκαν σε μέλη της οικογένειας, φίλους και συντρόφους ενώ μία από εκείνες επικεντρώθηκε, ακόμα, στην πίστη ως στήριγμά της σε δύσκολες στιγμές. Πιο αναλυτικά, η Σ2 αναφέρει: «…στη μαμά μου». Έπειτα η Σ5 αναδεικνύει: «Είναι τα αδέρφια μου…Είμαστε μια γροθιά» με την Σ8 να προσθέτει: «Αν είναι κάτι πιο σοβαρό μπορεί να πάρω την αδερφή μου…». Η Σ1 δηλώνει: «…στις φίλες μου, ανάλογα τη φύση του προβλήματος, θα διαλέξω και την κατάλληλη». Όμοια, η Σ4 λέει: «…τα μοιράζομαι με κάποια φίλη ή κάποιο φίλο που θα μπορεί να εκπέμψει περίπου στο ίδιο μήκος κύματος» ενώ ή Σ8 συμπληρώνει: «Συνήθως θα απευθυνθώ στους φίλους μου». Τέλος, η Σ4 υπογραμμίζει: «…προτιμώ…να τα μοιράζομαι με το εικονοστάσι μου…».

3. Χάρτης Σώματος

Ο χάρτης που ακολούθησε ήταν ο χάρτης του σώματος. Οι συμμετέχουσες κλήθηκαν να αξιολογήσουν το πώς οι εμπειρίες τις ζωής τους έχουν αποτυπωθεί πάνω στο σώμα τους και να το σημειώσουν στο χαρτί.

3.1.Αναφορά στο σώμα

Κατά την ανάλυση του χάρτη, οι συνεντευξιαζόμενες τόνισαν κάποια προβλήματα υγείας και σωματικές παθήσεις που αντιμετώπιζαν στο παρελθόν ή ακόμα και τώρα. Η Σ2 υπογραμμίζει: «Όταν ήμουνα μικρή…Τα δύο μεγάλα δάχτυλα των ποδιών μου, τα νύχια κάρφωναν μέσα στο δέρμα, με αποτέλεσμα να πονάει, να δημιουργείται φλεγμονή και αναγκάστηκα να τα βγάλω τα νύχια, πράγμα το οποίο ήταν πολύ επίπονο…το θυμάμαι ακόμα». Την ίδια στιγμή, η Σ4 προσθέτει: «Μιλάς σε έναν άνθρωπο που γεννήθηκε με σχιστία και λαγώχειλο. Και όπου στη ζωή μου έχω κάνει 10 χειρουργεία. Δεν νομίζω ότι θα έπρεπε να τα αποτυπώσω αυτά». Η Σ9 συμπληρώνει:

«…έχω διαγνωσθεί με σκλήρυνση και εδώ είναι οι φλεγμονές, το δεξί μου χέρι είναι μουδιασμένο το μισό…».

Στη συνέχεια, εστίασαν σε κάποιους σωματικούς πόνους και τραυματισμούς, ενώ μία μετέχουσα αποκάλυψε και τις πράξεις αυτοτραυματισμού που έχει κάνει. Αναλυτικότερα, η Σ2 δηλώνει: «Αυτός είναι ένας τραυματισμός που είχα στον αστράγαλο. Μέσα σε μια χρονιά τον τραυματίσει τρεις φορές». Η Σ7 εκφράζει: «…τα χέρια μου γιατί πάλι επίσης έχω κουραστεί να δουλεύω…». Η Σ1 παραθέτει: «…αυτές οι γραμμές είναι κάτι που δεν είμαι πολύ περήφανη. Ήταν ένας τρόπος να αντιμετωπίζω κάποια πράγματα που μου συνέβαιναν στο παρελθόν…».

Κατόπιν, οι γυναίκες ανέδειξαν την εικόνα που έχουν οι ίδιες για τον εαυτό τους και το σώμα τους και με θετικό αλλά και με αρνητικό πρόσημο. Η Σ1 αναφέρει: «Με απεικόνισα με κάτι πολύ κοντό επίτηδες, γιατί επειδή εμένα γενικά έτσι είναι το στυλ μου, με έχουν κρίνει πολλές φορές εξωτερικά από αυτό… είμαι πολύ άνετη με το σώμα μου και πράγματι ντύνομαι για μένα γιατί έτσι μου αρέσω… αυθόρμητα πάντα, όταν με ζωγραφίζω, με ζωγραφίζω με χαμόγελο». Η Σ2 επισημαίνει: «Μια ανασφάλεια, ένα κόμπλεξ, ενδεχομένως, που έχω από πάντα είναι ότι έχω χοντρά μπούτια…». Η Σ6 προσθέτει: «Το σώμα μου μετά από 2 εγκυμοσύνες έχει υποστεί την δική του βιαιότητα. Υπάρχει μια σχετική χαλάρωση στην περιοχή της κοιλιάς, η οποία είναι που με ενοχλεί, εδώ. Και τώρα όσον αφορά το στήθος μου έχει θρέψει το παιδάκι μου, τη μικρή μου κατά βάση…Θήλαζα 5 χρόνια… Απλά προσπαθώ ακόμα και τώρα να επαναφέρω το κορμί μου, όσο μπορώ στην πρότερα κατάσταση». Η Σ8 σημειώνει: «…πέρυσι στο Erasmus έκανα αυτό το τατουάζ που έχω εδώ πέρα. Σημαντική στιγμή της ζωής…Μου αρέσει που έχω γυμνάσει την πλάτη μου…είμαι ένα άτομο που θα φροντίσει τα μαλλιά του, το δέρμα του τα νύχια του, δηλαδή, και αυτό μου αρέσει φουλ».

Ακόμα, οι συμμετέχουσες θεώρησαν σημαντικό να απεικονίσουν τον τρόπο με τον οποίο η κακοποίηση που έχουν βιώσει αποτυπώνεται στο σώμα τους. Πιο συγκεκριμένα, η Σ2 εκφράζει: «…στον αγκώνα, τον αριστερό, είναι, πάλι, από σύντροφό μου, ο οποίος κάτι μου είχε πετάξει και μου είχε δημιουργήσει ένα μικρό τραύμα». Η Σ5 τονίζει: «Κακοποίηση. Εδώ θα κάνω το στήθος…Ήταν σωματική, έτσι, πιασίματα.». Η Σ7 και η Σ8 συμπληρώνουν αντίστοιχα: «Εδώ είναι το πρόσωπό μου γιατί στο πρόσωπο μου έκανε ότι μου έκανε τέλος πάντων, ως επί το πλείστων χτυπούσε το πρόσωπό μου και μελάνιαζε και θυμάμαι ότι πολλές φορές αναγκαζόμουν να μείνω στο σπίτι και να μη βγω γιατί ήταν η εμφάνισή μου σε άθλια κατάσταση» και «…με είχε πιάσει από το λαιμό. Εννοώ, με είχε πιάσει με τα χέρια του». Τέλος, σε

αντιδιαστολή με τα παραπάνω, η Σ6 υπογραμμίζει: «Γιατί όσον αφορά την βία, εγώ προσωπικά σημάδια που να με κάνουν να νιώθω έτσι άσχημα δεν έχω».

3.2.Αναφορά στην ψυχολογία

Σχετικά με την ψυχολογική τους κατάσταση, δύο συνεντευξιαζόμενες αποκάλυψαν ότι έχουν διαγνωσθεί με κατάθλιψη. Η Σ5 δηλώνει: «…πέρασα και κατάθλιψη, μετά την Ε. μου, τη δεύτερη μου κόρη. Επιλόχειο κατάθλιψη. Που έκανα όντως κακές σκέψεις για τον εαυτό μου.» και η Σ9 προσθέτει: «…έχω διαγνωστεί εδώ και λίγο καιρό με κατάθλιψη…».

Στη συνέχεια, εστίασαν σε κάποιες δύσκολες συναισθηματικές περιόδους που έχουν βιώσει. Πιο συγκεκριμένα, η Σ1 παραθέτει: «…το τσιγάρο είναι, ήταν μια διέξοδος, ας πούμε που πηγαίνει και έρχεται…τώρα ξανάρχισε λόγω του πάρα πολύ στρες…». Η Σ2 επισημαίνει: «Αυτό εδώ πάνω απ' το κεφάλι είναι οι σκέψεις που με βασανίζουν πολλά χρόνια, γενικά. Και κατά καιρούς αλλά και σε βαθιές περιόδους θλίψης και σκοτεινές της ζωής μου…Αυτό εδώ στο λαιμό είναι οι στιγμές που έχω νιώσει ότι όλα αυτά που έχω μέσα μου δεν μπορώ να τα πω και τα πνίγω». Κατόπιν, η Σ9 σημειώνει: «νιώθω τελευταία ότι δεν έχω ανθεκτικότητα, δεν αντέχω πολλά συναισθηματικά ζορίσματα…σαν να μην θέλω να σκέφτομαι, σαν να μην μπορώ να έχω τόσο διαύγεια στο μυαλό μου… νιώθω ότι κάποια συναισθήματα έχουν παγιδευτεί…γιατί συναισθηματικά τώρα πια έχω αρχίσει να πιστεύω ότι δεν μπορώ συναισθηματικά να μεγαλώσω άλλο…».

Έπειτα, οι γυναίκες επέλεξαν να αναδείξουν τις επιπτώσεις που είχε η κακοποίηση στην ψυχολογία τους. Η Σ3 αναφέρει: «…θεωρώ ότι είναι, η εμπειρία μου, ότι έχω περάσει στο παρελθόν, μπορεί αυτή τη στιγμή να είμαι καλά όμως θεωρώ ότι υπάρχει ένα αγκάθι το οποίο αιμορραγεί μονίμως…». Η Σ4 εκφράζει: «…αυτό που θα ήθελα να αποτυπώσω είναι ο εγκλωβισμός που ένιωσα. Μετέπειτα στο γάμο μου». Συγχρόνως, η Σ5 τονίζει: «Ένιωθα φόβο. Φόβο, αυτό. Και για τον εαυτό μου και για το να ζητήσω βοήθεια και το πώς θα με κρίνουν οι άλλοι…Και με έχει στιγματίσει πάρα πολύ αυτό». Η Σ6 και η Σ7 συμπληρώνουν αντίστοιχα: «Ο Β. ακόμα και τώρα, αν τον αφήσω, είναι ικανός να με αποτελειώσει. Με 2-3 κουβέντες που θα μου πει, ο στόχος του είναι αυτός, την ψυχολογία μου να την καταρρακώσει» και «…το πίσω μέρος είναι το σώμα μου, εντάξει, όπως το σχεδιάζω κομμένο στα δύο, γιατί, ας πούμε, από τότε που έκανα το παιδί, συνειδητοποιημένα, γιατί ήξερα την βία, την είχα, πώς το

λένε, από όταν τον γνώρισα δηλαδή την είχα την βία…έκανα ένα παιδί συνειδητοποιημένα ότι ίσως διορθωθεί, αλλά ούτε και αυτό στάθηκε δυνατό».

Τέλος, οι μετέχουσες έκαναν ακόμα και κάποιες άλλες αναφορές στην ψυχολογική τους κατάσταση. Αναλυτικότερα, η Σ1 υπογραμμίζει: «Μετά κρατάω ένα βιβλίο, εντάξει αυτά είναι όλα μου τα εκπαιδευτικά χρόνια…θέλω να είμαι επιτυχημένη σε αυτό αλλά κρύβει και λίγο, ας πούμε, ότι φοβάμαι μην αποτύχω για να μην απογοητεύσω τους άλλους…από την άλλη, κρατάω μια βαλίτσα εντάξει είναι η ζωή μου τα 3 τελευταία χρόνια…Αθήνα, Κρήτη και γι' αυτό έχω βάλει και ένα ρολόι, για μένα ο χρόνος, ας πούμε, σταματάει εδώ πηγαίνω στην Αθήνα, συνεχίσω την άλλη μου ζωή και πάλι εκεί που είμαι εντάξει, βάζω ένα στοπ και ξανάρχομαι εδώ και πάλι το ίδιο…». Η Σ7 απεικονίζει: «…εδώ είναι τα πόδια μου…που πρέπει πάντα να είμαι σε κίνηση για την επιβίωση μου… Και τα παπούτσια τα έβαλα γιατί…θεωρώ ότι όταν τα πατώ ότι δίνω σήμα ότι ζω επιβιώνω…».

3.3.Αναφορά σε ψυχοσωματικά

Ολοκληρώνοντας τον χάρτη του σώματος, οι συνεντευξιαζόμενες αποτύπωσαν κάποια ψυχοσωματικά προβλήματα που αντιμετωπίζουν, όπως τριχόπτωση, γυναικολογικά προβλήματα, σωματικούς πόνους, κρίσεις πανικού, τρέμουλο, ακμή και αυτοάνοσα νοσήματα. Πιο συγκεκριμένα, η Σ1 δηλώνει: «…πέφτουν τα μαλλιά μου. Αυτό ήτανε σε μια διάρκεια που ήμουν ας πούμε πολύ στρεσαρισμένη και δεν ήθελα να το δεχτώ…άλλο ψυχοσωματικό τώρα…είναι η περίοδος…επειδή τις φορές που στρεσάρομαι πολύ…μου ερχότανε πολύ παραπάνω και πολλές παραπάνω φορές από ότι έπρεπε…από τα ψυχοσωματικά αυτό τώρα είναι αυτής της περιόδου, πονάνε πάρα πολύ τα πόδια μου, ενώ δεν κάνω πολλές, δεν κάνω αποστάσεις με τα πόδια…με πιάνανε κρίσεις πανικού. Ένα από τα κυριότερα στοιχεία, ήταν ότι ιδρώνανε οι παλάμες μου…». Η Σ2 προσθέτει: «Αυτό εδώ γύρω από τα χέρια είναι το τρέμουλο που με πιάνει όταν είμαι σε πάρα πολύ μεγάλη ένταση, φόβο, άγχος, αλλά σε ακραίο βαθμό» ενώ η Σ8 εστιάζει: «…γενικά όταν στρεσάρομαι και αγχώνομαι…γεμίζω σπυράκια». Τέλος, η Σ9 παραθέτει για την σκλήρυνση κατά πλάκας: «…ανήκει… στις τραυματικές ή μετα-τραυματικές νόσους…συνέβαινε λόγω ότι εγώ καταπιεζόμουν και τα λοιπά…Ξεκίνησε το αυτοάνοσο…».

4. Γραμμή ζωής

Σε αυτό το σημείο της συνέντευξης, ακολούθησε η Γραμμή της ζωής. Οι μετέχουσες καλέστηκαν, με αφετηρία την παιδική τους ηλικία, να αποτυπώσουν τόσο τις ευχάριστες όσο και τις πιο δύσκολες στιγμές της ζωής τους, φτάνοντας μέχρι και το σήμερα.

4.1.Ψηλά σημεία

Οι συνεντευξιαζόμενες απαρίθμησαν τα ψηλά σημεία της ζωής τους ξεκινώντας από την παιδική ηλικία και την εφηβεία τους. Αναλυτικότερα, η Σ1 εκφράζει: «Η πρώτη καλή ανάμνηση που είχα ήτανε Πέμπτη-Έκτη Δημοτικού, έχω ζωγραφίσει μια παιδική χαρά γιατί μαζευόμασταν όλα τα παιδιά από το σχολείο συγκεκριμένη ώρα, ας πούμε, κάθε Κυριακή, και καθόντουσαν όλες οι μαμάδες μας στις κερκίδες και παίζαμε». Την ίδια στιγμή, η Σ3 υπογραμμίζει: «Να ξεκινήσω από την παιδική ηλικία…είχα ζήσει απίστευτα παιδικά χρόνια, ήμουν το τέταρτο παιδί στην οικογένεια από τα έξι, είχα καταπληκτικούς γονείς, πέρασα πάρα πολύ καλά, ξέγνοιαστα» με την Σ5 να συμφωνεί: «Υπέροχη παιδική ηλικία, πήρα πολλή αγάπη από τους γονείς μου, φροντίδα. Πάρα πολλή. Και στην εφηβεία…Με τα αδέρφια μου πάντα στήριξη, ο ένας στον άλλον. Αγάπη…Γενναιοδωρία…Εμπιστοσύνη». Ύστερα, η Σ8 προσθέτει: «…όταν ήμουνα μικρή, μεγάλωσα με τους 4 παππούδες μου…Γενικά θεωρώ πως ήμουνα από τα τυχερά παιδιά. Που έχει παππού, έχει εξοχικό, πηγαίναμε τα καλοκαίρια από εκεί…έχουμε μεγάλη οικογένεια και είναι αρκετά δεμένη. Δηλαδή, κάθε Κυριακή θα τρώγαμε μαζί, σίγουρα».

Έπειτα, μίλησαν για τις όμορφες στιγμές που βίωσαν κατά την διάρκεια των σπουδών τους. Έτσι, η Σ1 αναφέρει: «…έχω βάλει εμένα και την απόφασή μου να φύγω από το σπίτι και να έρθω σε ένα καινούργιο για να σπουδάσω, νομίζω ήταν από τις καλύτερες επιλογές μου…να έρθω εδώ για…λόγους, ακαδημαϊκούς». Κατόπιν, η Σ2 δηλώνει: «…τα επόμενα 3-4 χρόνια έκανα αυτό που λένε όλοι φοιτητική ζωή, ξενύχτια, εκδρομές, κάμπινγκ, ποτά. Σχολή ποτέ…» ενώ η Σ8 συμπληρώνει: «Και μετά τα φοιτητικά μου χρόνια είναι καλά. Γιατί και μένω μόνη μου και πήρα μια απόσταση από όλους…».

Προχωρώντας στην διήγησή τους, οι συνεντευξιαζόμενες συμπεριέλαβαν στα ψηλά τους σημεία και κάποιες ευχάριστες στιγμές από τα εργασιακά τους περιβάλλοντα. Η Σ5, για παράδειγμα, σημειώνει: «Θα γράψω και εργασία, που τότε

μου έδωσε πολλή χαρά…» με την Σ6 να προσθέτει: «…μετά την ενηλικίωση μου έκανα ό, τι ήθελα. Δηλαδή, βρήκα δουλειά. Έκανα τις διακοπές μου, είχα τα λεφτά μου». Αντίστοιχα, η Σ7 λέει: «…μετά βρήκα μια πάρα πολύ καλή δουλειά…και δούλεψα περίπου 5 χρόνια…».

Στα χαρούμενα σημεία της ζωής τους, ορισμένες συμμετέχουσες πρόσθεσαν και τους φίλους τους. Έτσι, η Σ1 τονίζει: «Μετά έχω βάλει τις 4 φίλες…τις αγαπώ πολύ…όταν, ας πούμε, τους ανακοίνωσα ότι θα έρθω εδώ, με στήριξαν πάρα πολύ. Και είπαμε ότι δεν θα αλλάξει τίποτα και δεν ήταν μόνο στα λόγια. Όντως δεν άλλαξε». Με ανάλογο τρόπο, η Σ8 επισημαίνει: «…θα βάλω και τους φίλους μου…θεωρώ ότι είμαι και σε μια φάση που έχω κάνει και ένα ξεκαθάρισμα, ας πούμε, και έχω φτάσει και στην ηλικία που έχω δίπλα μου άτομα που είναι κομπλέ».

Στη συνέχεια μίλησαν και για τις συντροφικές τους σχέσεις. Πιο συγκεκριμένα, η Σ2 αναδεικνύει: «…κάπου εκεί…γνωρίζω τον σύντροφό μου…ένιωθα ασφάλεια μαζί του…Με είχε γνωρίσει στη χειρότερη φάση της ζωής μου…παλέψαμε μαζί, με βοήθησε πάρα πολύ». Την ίδια στιγμή, η Σ5 αναφέρει: «Μετά ήρθε η σχέση. Που εγώ διάλεξα…ήταν ο άνθρωπος μου, δηλαδή σεβάστηκε εμένα, σεβάστηκε όλα αυτά που είχα περάσει, τους γονείς μου, τα αδέρφια μου. Ήμασταν και είμαστε ευτυχισμένοι». Ύστερα, η Σ8 υπογραμμίζει: «Στην εφηβεία μου είχα τον πρώτο μου έρωτα…δε θα ήμουνα το άτομο που είμαι σήμερα αν δεν ήταν εκείνος».

Ανάμεσα στα θετικά σημεία που αφορούσαν τις οικογενειακές τους σχέσεις, πολλές συνεντευξιαζόμενες επισήμαναν τις γεννήσεις των παιδιών τους, καθώς και τη βελτιωμένη και πιο λειτουργική επικοινωνία που έχουν πλέον με τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειάς τους. Ειδικότερα, η Σ7 σημειώνει: «…με χαρά μου η γέννηση του παιδιού…» με την Σ9 να προσθέτει: «…το 2014 γέννησα, τον Γενάρη, έγινα μαμά…». Παράλληλα, η Σ4 τονίζει: «…είμαστε σε πολύ, πολύ καλύτερη επικοινωνία πλέον» ενώ η Σ8 συμπληρώνει: «…τουλάχιστον έχουμε βρει έναν τρόπο επικοινωνίας πια».

Στην συνέχεια, ορισμένες γυναίκες υπογράμμισαν την ψυχολογική υποστήριξη που έλαβαν ως σημαντική στιγμή στην ζωή τους. Πιο αναλυτικά, η Σ2 αναφέρει: «…με αποτέλεσμα…να πάω σε ψυχολόγο γιατί είχα συνειδητοποιήσει ότι βάζω συνέχεια τα θέλω των άλλων πάνω από τα δικά μου θέλω, και από μένα δεν ήξερα τι είχε απομείνει. Και ο ψυχολόγος που πήγα με βοήθησε πάρα πολύ…». Με αντίστοιχο τρόπο, η Σ7 δηλώνει: «…έχω δουλέψει και με την ψυχοθεραπεία που πήγαινα…» και η Σ9 επισημαίνει: «…το 2016 ξεκίνησα να πηγαίνω στο ΚΕΘΕΑ για 4 χρόνια, στη

συμβουλευτική συντρόφων…κάπου εδώ είναι το ΚΕΘΙ…το 2021 ξεκίνησα στο ΕΣΤΙΑ».

Φτάνοντας στο σήμερα, πολλές συνεντευξιαζόμενες αναφέρθηκαν στο γεγονός ότι βρίσκονται σε ένα πιο αισιόδοξο και λειτουργικό σημείο της ζωής τους σε σχέση με το παρελθόν. Πιο συγκεκριμένα, η Σ2 τονίζει: «Τώρα έχω κατακτήσει ένα μεγάλο ποσοστό της αυτοπεποίθησης που δεν είχα παλιότερα. Προσπαθώ να έχω πειθαρχία…νιώθω ότι οι σχέσεις που δημιουργώ τώρα…είναι πιο υγιείς. Και αυτό με κάνει να νιώθω μεγάλη ασφάλεια και εφησυχασμό». Παρόμοια, η Σ3 σημειώνει: «Σήμερα, ναι, είμαι καλά…τα πουλιά που δηλώνουν την ελευθερία, τα λουλούδια που δείχνουν ότι υπάρχει όρεξη, υπάρχει διάθεση, η πόρτα είναι ξανά ανοιχτή». Την ίδια στιγμή, η Σ6 υπογραμμίζει: «…εδώ ξεκινάμε και κάνουμε πάλι την πορεία μας ανερχόμενη» με την Σ7 να συμπληρώνει: «…και μετά και μέχρι τώρα είμαι σε μια ανοδική πορεία…συνεχίζω και κάνω πράγματα…γιατί μέσα από αυτά νιώθω πιο ζωντανή».

4.2.Χαμηλά σημεία

Σημειώνοντας τα πιο δύσκολα σημεία της ζωής τους, πολλές συμμετέχουσες είχαν ως αφετηρία την παιδική τους ηλικία. Αναλυτικότερα, η Σ2 δηλώνει: «Ο πατέρας μου…επειδή ήμουνα και πιο παχουλή και έκανα και πιο πολλές γκριμάτσες…Με κορόιδευε για τα κιλά μου…Αυτό είχε σαν αποτέλεσμα λίγο να καταρρακώσει την αυτοπεποίθηση μου και την αυτοεκτίμησή μου σαν παιδί…δεν ένιωθα ωραία με το σώμα μου, γιατί ένιωθα ότι δεν θα με θέλουν τα άλλα τα παιδάκια…». Παράλληλα, η Σ4 αναφέρει: «Η παιδική ηλικία ήταν δύσκολη. Πάρα πολύ δύσκολη. Σπηλιά σκοτεινή», ενώ η Σ7 επισημαίνει: «…εγώ έχω ξεκινήσει από 8 χρονών, 8 χρονών έχασα τη μητέρα μου…από κει και πριν είναι ένα μηδέν, δεν θυμάμαι τίποτα…μετά ήρθε στη ζωή μου μέχρι τα 18 μια μητριά η οποία ήταν πάρα πολύ κακή…».

Έπειτα, έκαναν λόγο για τα εμπόδια που αντιμετώπισαν κατά την διαμόρφωση των οικογενειακών τους σχέσεων και την διατήρηση της οικογενειακής τους συνοχής τόσο με τους γονείς τους, καθώς μεγάλωναν, όσο και με τα δικά τους παιδιά στην συνέχεια. Όπως λέει η Σ4: «…μια πολλαπλή, πολυδιάστατη απαξίωση τη βίωσα κι από τη μάνα μου». Την ίδια στιγμή, η Σ5 παραθέτει: «…ήρθε το παιδί αλλά…ήρθε με ειδικές ανάγκες. Εκεί φοβήθηκα πάρα πολύ…Νοσοκομεία, γιατροί συνέχεια…ένας συνεχόμενος αγώνας όσον αφορά το παιδί…Ήρθε το δεύτερο παιδί. Κόρη. Που επίσης νοσεί και εκείνη…Ήτανε η ίδια πάθηση…δεν μπορούσα να το

διαχειριστώ…Αρρώστησε η μητέρα. Καρκίνο. Έζησε 9 μήνες. Που και για μένα αυτό ήταν ένας μικρός θάνατος. Μέχρι που μετά από ένα χρόνο έφυγε και ο μπαμπάς. Γιατί δεν άντεξε το χαμό της μαμάς. Δεν το έχω δεχτεί. Πάγωσα μέσα μου…τον ήθελα κι άλλο μαζί μου…Πάγωσα και με τους ανθρώπους. Απομακρύνθηκα από πολλούς…». Από την άλλη, η Σ8 σημειώνει: «Δεν τους έχω συγχωρήσει ακριβώς αλλά το παλεύω…κάνω πια parenting στους γονείς μου…δεν είναι και ο καλύτερος ρόλος που μπορείς να αναλάβεις…αλλά θα συζητήσω με τη μαμά μου, θα συζητήσω με τον μπαμπά μου. Θα προσπαθήσω να μπω στη θέση τους, ας πούμε. Να τους καταλάβω. Αυτό το κομμάτι…το έβαλα στα αρνητικά…θα έπρεπε να το κάνουν εκείνοι όχι, εγώ». Τέλος, η Σ7 τονίζει: «…είμαι λάθος…δεν έπρεπε να το επιτρέψω αυτό, ας πούμε, το παιδί μου…είναι με εθισμό στο διαδίκτυο και αυτό είναι το χειρότερο από όλα και δυστυχώς δεν θέλει να θεραπευτεί…έχει εθισμό στον τζόγο…».

Στην συνέχεια, αρκετές μίλησαν και για ορισμένες δυσάρεστες στιγμές και σκέψεις που αφορούσαν την επαγγελματική τους πορεία και την ζωή τους σε χώρους εργασίας. Ειδικότερα, η Σ1 εκφράζει: «…αυτό είναι ένα ερωτηματικό γενικό, το τι θα κάνω μόλις τελειώσω, ξέρεις, ζωή, επαγγελματικά, όλα αυτά». Ύστερα, η Σ7 αναφέρει: «…δούλευα πολύ, πολλές ώρες…» με την Σ8 να συμπληρώνει: «…οι γονείς μου είχαν αποφασίσει ότι θα ανοίξουν ένα καλοκαιρινό μαγαζί, beach bar. Στο οποίο, εγώ ήμουν 13 ετών και δούλευα».

Συγχρόνως, μία συνεντευξιαζόμενη σημείωσε, ως ιδιαίτερα δύσκολη στιγμή της ζωής της, την περίοδο κατά την οποία έκανε χρήση ουσιών. Συγκεκριμένα, η Σ2 μοιράζεται: «Κάτω απ' τη φοιτητική ζωή έχω γράψει και καταχρήσεις και παρακμή. Όλα τα φοιτητικά μου χρόνια έκανα χόρτο. Σε καθημερινή βάση. Πέρα από χόρτο έχω δοκιμάσει MDMA μια φορά, δεν κατάλαβα κάτι, και LSD έχω κάνει 3 φορές στη ζωή μου…από τότε και μετά έχω παρατηρήσει ότι κάνω κάποιες παρανοϊκές σκέψεις…καταλαβαίνω ότι είναι στα πλαίσια των παρενεργειών που αφήνουν οι ψυχοτρόπες ουσίες…Ο ψυχισμός μου δεν τα αντέχει, οπότε έμεινα στο χόρτο, το οποίο το έκανα από το 2013, τον Ιούνιο και το έκοψα το 2021 τον Αύγουστο».

Ακόμα, μια συμμετέχουσα σκιαγράφησε ως πονετική την περίοδο που βίωνε κατάθλιψη. «…τότε έπαθα κατάθλιψη…επιλόχειο…Εκεί είχα, το μαύρο, αυτό που λέμε σκοτεινές σκέψεις, για μένα, να κάνω κακό στον εαυτό μου…ενώ δούλευα σκεφτόμουν, ας πούμε…Να κόψω τις φλέβες μου;…κρατούσα το μαχαίρι κι έλεγα: να βγάλω τα μάτια μου; Και αμέσως έλεγα στον εαυτό μου: στοπ. Τι σκέφτεσαι τώρα; Και σκεφτόμουν κάτι χαρούμενο».

Κατά την αφήγηση των στιγμών της ζωής τους, όλες οι συνεντευξιαζόμενες μοιράστηκαν το γεγονός ότι είχαν βιώσει έμφυλη βία. Ορισμένες δεν θέλησαν να την αποτυπώσουν γραπτά πάνω στη γραμμή, αλλά ακόμα και εκείνες επέλεξαν να μιλήσουν για την εμπειρία τους. Έτσι, η Σ2 παραθέτει: «…ήρθανε οι πρώτοι έρωτες οι οποίοι βέβαια δεν μου άφησαν καλή επίγευση με την χαμηλή αυτοεκτίμηση και αυτοπεποίθηση που είχα με αποτέλεσμα, όταν ήμουνα 17 χρονών, εκεί ήταν και η πρώτη κακοποιητική σχέση…η δεύτερη κακοποιητική μου σχέση…Πολύ κακή εμπειρία. Δεν ήταν τόσο κακοποιητική σωματικά όσο ψυχολογικά…δεν θέλω να είναι αυτά που με ορίζουν…δεν αξίζει να υπάρχουν στη γραμμή της ζωής μου. Ούτε σαν καλές στιγμές, ούτε σαν κακές…αν μπορούσαν να είχαν διαγραφεί από την μνήμη μου, θα είχε γίνει». Η Σ4 υπογραμμίζει: «Ο έρωτας. Και ο ήλιος έγινε μαύρος…Εκεί γνώρισα τον άντρα μου…Πέρασα μια πολύ μαύρη κατάσταση». Από την άλλη, η Σ6, αναφερόμενη στον πρώην σύζυγό της, δηλώνει: «Θα σου πω πώς χωρίζω τη ζωή μου. Στον καιρό προ Π. και στον καιρό μετά Π.…Αυτή εδώ η περίοδος για μένα είναι μαύρη. Γιατί, για μένα, το μόνο πράγμα που μου έδινε δύναμη ήταν τα παιδιά…Όλα τα υπόλοιπα, για μένα, δεν υπήρχαν» ενώ η Σ7 συμπληρώνει: «…μετά κατέβηκα πάλι με τη γνωριμία του, του συζύγου…εντάξει ήτανε πάρα πολύ βίαιες καταστάσεις…έζησα μαζί του 10 χρόνια…μέχρι τα 40 μου απλά επιβίωνα». Τέλος, η Σ8 επισημαίνει: «Μετά η εφηβεία μου είναι το πρόβλημα…γενικά ο μπαμπάς μου ήταν πολύ αυστηρός. Και εγώ ήμουν λίγο αντιδραστική. Οπότε καταλήγαμε κάθε μέρα να τσακωνόμαστε και να τρώω ξύλο» με την Σ9 να προσθέτει: «Δεν μπορώ να τον γράψω αυτόν τον άνθρωπο, αλλά εδώ κάπου τον γνώρισα…πώς να το γράψω αυτό, αφού δεν θέλω καν να το αποτυπώσω, αλλά πάντως είναι εδώ…το ’12 παντρεύτηκα τον ακατανόμαστο…από εκεί και πέρα μέχρι σήμερα, έναν τεράστιο πόλεμο δικαστικό, ψυχολογικό, ηθικό…».

4.3.Τι βοήθησε την μετατόπιση από τα χαμηλά στα ψηλά σημεία

Όταν οι συνεντευξιαζόμενες ερωτήθηκαν τι ήταν εκείνο που τις βοηθούσε να μετατοπίζονται από ένα χαμηλό σημείο στην ζωή τους, σε ένα υψηλότερο δόθηκαν διάφορες απαντήσεις.

Αρκετές ανέφεραν ότι έπαιρναν δύναμη από πρόσωπα της οικογένειά τους. Η Σ1 λέει: «…οι δικοί μου άνθρωποι…» με την Σ3 να συμφωνεί: «…η οικογένειά μου…». Συγχρόνως, η Σ9 τονίζει: «…η κόρη μου, νομίζω ότι εγώ δεν υπολόγιζα καθόλου τη δική μου ζωή αλλά όταν κατάλαβα ότι η κόρη μου αρχίζει να

κινδυνεύει…εκεί άρχισαν τα πρώτα λαμπάκια, ότι εγώ δεν πρέπει να συνεχίσω εδώ, ακόμα και για να γίνομαι πρότυπο στα μάτια της».

Από την άλλη, κάποιες συμμετέχουσες δήλωσαν ότι ήταν ιδιαίτερα σημαντική η παρουσία των φίλων στην ζωή τους. Αναλυτικότερα, η Σ1 αναφέρει: «Οι φίλες μου». Ύστερα, η Σ7 επισημαίνει: «…χώρισε μια κοπελιά, η οποία…ήρθανε δίπλα στο διαμέρισμα με τα παιδάκια της…γίναμε μια γροθιά…εγώ ακούμπησα στον πόνο το δικό της και αυτή ακούμπησε στο πόνο τον δικό μου και κατάφερα να μην κάνω μια κοιλιά και γυρίσω πίσω…» με την Σ8 να συμπληρώνει «….αυτό που δεν κάνουν οι γονείς μου το κάνουν οι φίλοι μου…θεωρώ ότι βάζουμε άτομα στη ζωή μας, να μας καλύψουν τις ανάγκες που έχουμε».

Μεγάλο ρόλο δήλωσαν πως διαδραμάτισαν και οι σπουδές ή η εργασία τους. Η Σ1 σημειώνει: «Κάποιες φορές και ο στόχος μου δηλαδή, αν είμαι πολύ κουρασμένη από το διάβασμα, θα με βοηθήσει να σκέφτομαι γιατί το ξεκίνησα όλο αυτό και που θέλω να φτάσω». Την ίδια στιγμή, η Σ3 και η Σ7 προσθέτουν αντιστοίχως: «…με βοήθησε πάρα πολύ ο τομέας που ακολούθησα να σπουδάσω, το σχολείο μου έκανε πάρα πολύ καλό, η εκπαίδευση, μέσα από εκεί έμαθα αρκετά πράγματα και κατά βάση πώς, πώς και γιατί ήμουν έτσι σε αυτή την κατάσταση» και «…η δουλειά η οποία με βοήθησε πολύ ήταν καλά τα χρήματα, ήταν πολύ ωραίο το περιβάλλον, κατάφερα να πάρω αυτοκίνητο, να κάνω πράγματα…».

Άλλες συνεντευξιαζόμενες υπογράμμισαν και την συμβολή της ψυχολογικής υποστήριξης από έναν επαγγελματία καθώς και την πίστη. Συγκεκριμένα η Σ3 τονίζει: «Αυτό που με βοήθησε, ναι, ήταν η στήριξη από ειδικούς ψυχολόγους που έκανα αρκετές φορές, πολύ συχνά έκανα συνεδρίες…» ενώ η Σ4 επισημαίνει: «…βασίζω την αυτογνωσία μου μέσα από την συνύπαρξη μου με το θείο και όχι με το τι λέει, είτε καλό, είτε αρνητικό, ο οποιοσδήποτε άνθρωπος, όσο κοντινός ή μακρινός και αν είναι. Και νομίζω ότι μέσα από αυτό το μοτίβο κατάφερα, πάντα με τη βοήθεια του Θεού, να φτάσω σε έναν εαυτό που μου είναι αγαπητός».

Τέλος, αναφέρθηκαν και σε συγκεκριμένα γεγονότα που τις παρακινούσαν αλλά και σε προσωπικές στάσεις ζωής που τις βοηθούσαν να εξελίσσονται. Έτσι, η Σ2 αποκαλύπτει: «Θυμάμαι φάσεις της ζωής μου που ήτανε λίγο κομβικές και θυμάμαι τότε πώς ένιωθα, με ποια πράγματα όμορφα και με ποια ένιωθα άσχημα και πώς σταθμιζόταν αυτό. Οπότε έτσι γινόταν η αλλαγή». Παράλληλα, η Σ4 αναδεικνύει: «Δεν θα έπαυα να αγωνίζομαι για το καλύτερο. Είμαι πάρα πολύ αισιόδοξη ως άνθρωπος και ακόμη και όταν περνούσα τις πιο δύσκολες και μαύρες μου στιγμές, μέσα μου έλεγα

δεν θα τα παρατήσω ούτε στιγμή μέχρι να καταφέρω να βγω από δω. Να βγω από τη δυσκολία, όποια και αν είναι αυτή η δυσκολία» με την Σ8 να συμπληρώνει: «Και θεωρώ ότι, εντάξει, πέρα από βαριές περιπτώσεις, είναι και λίγο πώς το βλέπεις όλο αυτό. Δηλαδή αν θες να είσαι πάνω από τη γραμμή ή κάτω από τη γραμμή. Δηλαδή, και εγώ και σε αυτή τη στιγμή μπορώ να σου βρω 1000 προβλήματά που έχω. Δεν είναι δύσκολο να βρεις προβλήματα, αλλά είναι πολύ πιο ωραίο και εύκολο να βρεις όμορφα πράγματα, ας πούμε και να σκέφτεσαι».

5. Νόημα χαμηλού σημείου – Ταξινόμηση καρτών

Κατά το τελευταίο μέρος της συνέντευξης, παραχωρήθηκαν στις συνεντευξιαζόμενες ορισμένες κάρτες με συναισθήματα και σωματικά συμπτώματα. Βασιζόμενες στην περίοδο της έμφυλης βίας, την οποία ανέφεραν στην γραμμής της ζωής τους, κλήθηκαν να διαλέξουν ποιες από τις κάρτες εκείνες τις αντιπροσώπευαν. Μέσα από μια διαδικασία ανάλυσης, στόχος ήταν να νοηματοδοτήσουν οι ίδιες την συγκεκριμένη στιγμή της ζωής τους.

5.1.Κάρτες συναισθημάτων και σωματικών συμπτωμάτων

Στο στάδιο αυτό, οι συμμετέχουσες μίλησαν για τα συναισθήματα που κυριαρχούσαν την περίοδο που λάμβανε χώρα η κακοποίηση. Αρχικά, όλες τους ένιωθαν ενοχές ενώ, παράλληλα, ήταν αγχωμένες και νευρικές. Η Σ5 επισημαίνει: «Ένοχη ένιωθα για τον εαυτό μου, αυτό που μας είχαν φέρει και οι γονείς ότι, ίσως εσύ τους προκάλεσες επειδή είσαι πιο κοινωνική…». Όμοια, η Σ6 σημειώνει: «Ένιωθα ενοχή -με έκανε να νιώθω ενοχή- ότι έφταιγα εγώ για την κατάσταση την οποία βιώναμε…Αγχωμένη όταν με απειλούσε και με πίεζε συναισθηματική» και η Σ4 συμπληρώνει: «Ένιωθα νευρική για το ότι δεν θα καταφέρω να αποδώσω έτσι όπως πρέπει».

Στη συνέχεια, 8 από τις 9 γυναίκες αισθάνονταν απογοητευμένες, αποξενωμένες και είχαν ταχυκαρδία. Πιο συγκεκριμένα, η Σ5 αναφέρει: «Απογοητευμένη ένιωθα από τον εαυτό μου. Γιατί δεν είχα το θάρρος.». Η Σ6 και η Σ9 εκφράζουν αντίστοιχα: «…ένιωθα αποξενωμένη γιατί δεν έλεγα την αλήθεια» και «…Αποξενωμένη από τον εαυτό μου, από τα θέλω μου, από τα συναισθήματά μου…». Η Σ7 τονίζει: «…ταχυκαρδία…έφτανε 160 παλμούς και ξεκίνησα χάπια».

Ακόμα, σε ίδια αναλογία, οι συνεντευξιαζόμενες δήλωσαν ότι ήταν θυμωμένες, βίωναν μοναξιά και ένταση. Η Σ5 υπογραμμίζει: «Θυμωμένη με εκείνον, εννοείται.

Θυμωμένη, ένιωθα και με τον υπόλοιπο κόσμο, πώς μεγαλώνουν τα παιδιά τους». Παράλληλα, Σ2 αποκαλύπτει: «…ένιωσα πολύ θυμό με τον εαυτό μου που άφησα όλα αυτά να συμβούν, ένιωσα μόνη μου γιατί δεν ήξερα κάποιον άλλο που το έχει περάσει, οπότε δεν ήξερα σε ποιον να μιλήσω για τα συναισθήματα μου». Η Σ8 προσθέτει: «…ένιωθα μοναξιά από την άποψη ότι κανείς δεν με καταλαβαίνει…» ενώ Σ6 αποτυπώνει: «Και μετά ξεκινούσε η ένταση…κάθε φορά που μιλούσαμε στο τηλέφωνο. Θύμωνε, έβριζε».

Επίσης, 8 μετέχουσες ένιωθαν αγωνία, ήταν μετανιωμένες και ευάλωτες. Η Σ8 εστιάζει: «…έχεις μια αγωνία ας πούμε αν καταφέρεις να ζήσεις…». Η Σ2 παραθέτει: «Μετάνιωσα προφανώς που βρέθηκε στη ζωή μου αυτός ο άνθρωπος και μπήκα και εγώ στην δική του. Και είχα αγωνία για το τι θα γίνει μετά; Πώς θα τελειώσει αυτό;». Η Σ5 σημειώνει: «Μετανιωμένη θα πω ναι, γιατί δεν μίλησα από την πρώτη στιγμή… Ευάλωτη ήμουνα μετά, δεν ήθελα, έτσι, αγγίγματα γενικότερα, ας πούμε, από άντρες».

Συμπληρωματικά, 8 συνεντευξιαζόμενες, και πάλι, δήλωσαν ότι αισθάνονταν αποκομμένες, άκεφες και ακινητοποιημένες. Η Σ2 επισημαίνει: «Ένιωθα και αποκομμένη και ακινητοποιημένη, ένιωθα ότι δεν έχω τρόπο να το διαχειριστώ». Έπειτα, η Σ5 αναφέρει: «Άκεφη…σκεφτόμουν πώς θα πάω τώρα…τι θα αντιμετωπίσω, αν το προχωρήσει» και η Σ6 υπογραμμίζει: «Ακινητοποιημένη γιατί δεν είχα δουλειά με 2 μικρά παιδιά».

Συνεχίζοντας, 7 από τις 9 συμμετέχουσες εξέφρασαν ότι ένιωθαν ανήσυχες και βρισκόντουσαν σε μία κατάσταση αδυναμίας και απόσυρσης. Η Σ5 παραθέτει: «…ήμουν ανήσυχη για το ότι θέλω τώρα να πάω να κάνω το τσιγάρο μου, αλλά φοβάμαι… Αδυναμία ως προς τον χαρακτήρα…να έχω τη δύναμη να το πω» καθώς η Σ9 τονίζει: «…απόσυρση από τα δικά μου όνειρα, από τα συναισθήματά μου…».

Το ίδιο ποσοστό γυναικών μίλησε για την ντροπή, το αίσθημα του βάρους στο στήθος και της ασφυξίας καθώς και την μελαγχολία. Αναλυτικότερα, η Σ6 εστιάζει: «Ντροπή για τον σύντροφο που διάλεξα και για το πώς κατέληξε… Το αίσθημα βάρους στο στήθος που είναι λόγω στρες». Η Σ5 σημειώνει: «Αίσθημα βάρους στο στήθος. Ένιωθα, αλλά πάρα πολύ. Εκείνη την ώρα…». Τέλος, η Σ9 αποκαλύπτει για την μελαγχολία: «…αυτό υπήρχε πάντα όταν ήμουν μόνη μου, το βράδυ μπορεί να έβγαινα στην ταράτσα και να έκλαιγα, αλλά το πρωί ήμουνα το πιο γελαστό πλάσμα…».

Οι 6 από τις 9 συνεντευξιαζόμενες δήλωσαν ότι αισθάνονταν κόπωση και κούραση, αντιμετώπιζαν προβλήματα στο στομάχι, πονοκεφάλους και θεωρούσαν ότι ήταν αβοήθητες. Η Σ2 υπογραμμίζει: «Νιώθω μια κούραση, σπαταλούσα πολύ

ενέργεια στο να δω πώς θα το λύσω…Πάντα όταν κάτι δεν μου πάει καλά και διαρκεί καιρό έχω προβλήματα στο στομάχι και είχα και πονοκεφάλους…Εκεί ένιωσα αβοήθητη, ένιωσα ότι τίποτα δεν με σώζει και ότι τίποτα δεν έχει και νόημα πια». Την ίδια στιγμή, η Σ6 επισημαίνει: «Και οι πονοκέφαλοι, οι οποίοι συνεχίζονται ακόμα και τώρα, όταν στρεσάρομαι» και η Σ7 συμπληρώνει: «…ένιωθα αβοήθητη δηλαδή δεν ήξερε κανείς…».

Οι 5 από τις 9 συμμετέχουσες ανέδειξαν τα συναισθήματα της παραίτησης, της ευγνωμοσύνης και της ελπίδας. Η Σ2 εκφράζει: «…όταν όλο αυτό γνωστοποιήθηκε …ένιωθα…την παραίτηση, ότι έχουν τελειώσει όλα, δεν υπάρχει νόημα σε τίποτα τώρα, δηλαδή έχω καταστραφεί εντελώς.». Έπειτα, η Σ5 και η Σ7 τονίζουν αντίστοιχα: «Ευγνωμοσύνη και στον εαυτό μου που…τόλμησα να το προλάβω αλλά και για τον Ν. που με κατάλαβε» και «…ευγνωμοσύνη είναι για ένα παιδί που γεννήθηκε… ελπίδα μπορώ να τη βάλω μόνο όταν έκανα αυτό το διάβημα… ότι έκανα το παιδί μου…από το πρόσωπο του ήρθε η ζωή για μένα…από κει και πέρα ξεκίνησε να υπάρχει ελπίδα…».

Ύστερα, οι 4 από τις 9 γυναίκες ανέφεραν ότι ένιωθαν ενοχλημένες, ευέξαπτες, είχαν κρύα χέρια και πόδια και τάση για λιποθυμία. Επίσης, ένιωθαν μούδιασμα, ζάλη, πόνο στην πλάτη και τον ώμο, χαρά, περηφάνεια, διασκέδαση και αγάπη. Πιο συγκεκριμένα, η Σ5 παραθέτει: «Υπερηφάνεια ένιωσα για τον εαυτό μου, ότι το είπα εγκαίρως…». Η Σ7 εστιάζει: «…διασκέδαση ναι με ξύλο…όταν έφευγα διακοπές με το σύλλογο…νόμιζα ότι ήμουν πολύ ελεύθερη…ενώ σου λέω ότι ήξερα πολύ καλά ότι όταν θα γυρίσω θα φάω ξύλο για αυτό, θα τον πιάσει η ζήλια…». Από την άλλη, η Σ8 σημειώνει: «…την αγάπη την έβαλα γιατί εντάξει, ας πούμε, από τη μαμά μου έχω πάρει αγάπη. Δεν είναι ότι δεν είχαμε αγάπη καθόλου στο σπίτι.».

Οι 3 από τις 9 μετέχουσες μίλησαν για προβλήματα στην έμμηνο ρήση αλλά και για το ενδιαφέρον. Δύο δήλωσαν ότι υπήρχε ζήλεια και ότι αισθάνονταν ανιαρές. Επίσης, οι βοές στα αυτιά, η ηρεμία και η ικανοποίηση, η έμπνευση και το δέος αναφέρθηκαν από μία συνεντευξιαζόμενη. Αναλυτικότερα, η Σ7 αποκαλύπτει: «…από όταν ξεκίνησα να καταστρατηγώ πως θα φύγω υπήρχε ενδιαφέρον…». Η Σ4 επισημαίνει: «Νιώθω δέος…Ευχαριστώ το Θεό που είχα τη μάνα, τον πατέρα, τον σύντροφο που είχα. Γιατί μέσα από αυτούς και μέσα από τη δυσκολία έγινα ο άνθρωπος που αγαπώ τώρα. Και γι' αυτό νιώθω σίγουρα δέος…».

Σχετικά με την κενή κάρτα που δόθηκε, 7 συμμετέχουσες επέλεξαν να την χρησιμοποιήσουν για να αποτυπώσουν ένα σημαντικό για εκείνες συναίσθημα που

βίωσαν και δεν συμπεριλαμβανόταν στις υπάρχουσες κάρτες. Συμπλήρωσαν, λοιπόν, την ταπείνωση, την αδικία, το αίσθημα τέλματος, το έκζεμα στα γεννητικά όργανα, τον φόβο και την ανημπορία στο σώμα και στην ψυχή. Πιο συγκεκριμένα, η Σ4 υπογραμμίζει: «Αυτό εδώ με είχε τρομάξει πάρα πολύ, δεν ήξερα τι είχα. Και πήγα σε μια δερματολόγο και μου είπε έχεις έκζεμα…αντέδρασε το σώμα μου ακραία. Γιατί είχα τόση αντίδραση μέσα μου και τόση άρνηση. Δεν ήθελα να είμαι με αυτόν τον άνθρωπο». Η Σ5 εκφράζει: «Ένιωθα φόβο…στο να μιλήσω, στο να…να είμαι ο εαυτός μου με τους υπόλοιπους». Ακόμα, Σ7 διευκρινίζει για την ανημπορία στο σώμα και την ψυχή: «…ανύπαρκτη ήμουνα, σου λέω, εκτελεστικό όργανο, δηλαδή μερικές φορές απορώ και πως σήκωνα το παιδί…». Η Σ8 τονίζει: «…εγώ είμαι το πρώτο παιδί, οπότε ο μπαμπάς μου γενικότερα ασχολούταν πιο πολύ μαζί μου. Δηλαδή, τα αδέλφια μου δεν έχουν φάει ξύλο γενικά, άντε να έχουν φάει καμιά σφαλιάρα. Και γενικότερα στο μαγαζί, πάντα από μένα έχει πάρα πολλές απαιτήσεις…Και εγώ ένιωθα πάρα πολύ αδικημένη για αυτό το πράγμα».

5.2.Ταξινόμηση καρτών

Στη συνέχεια, ζητήθηκε από τις μετέχουσες να ταξινομήσουν τις κάρτες που είχαν επιλέξει. Χρησιμοποιήθηκαν διάφοροι τρόποι ταξινόμησης. Κάποιες γυναίκες επέλεξαν να τις κατατάξουν ανάλογα με την χρονική σειρά που βίωναν τα συναισθήματα που αναγράφονται. Έτσι, η Σ2 παραθέτει: «Είναι η σειρά με την οποία ένιωσα τα συναισθήματα αυτά» και η Σ6 προσθέτει: «Η κατάταξη που έκανα είχε ως βάση το χρονικό διάστημα. Δηλαδή, ίσως τα κατέταξα χρονικά, όπως τα ένιωθα».

Κάποιες άλλες, παρόμοιες μεταξύ τους ταξινομήσεις, βασίζονταν στο χωρισμό των σωματικών συμπτωμάτων και των συναισθημάτων. Αναλυτικότερα, η Σ1 εστιάζει: «Αυτά είναι τα σωματικά…Αυτά είναι που ένιωθα και αυτά είναι που θέλω να μιλήσω λίγο παραπάνω, γιατί…ισχύουν για ένα συγκεκριμένο διάστημα και για συγκεκριμένους λόγους.». Η Σ3 απεικονίζει: «Όλα τα προβλήματα που αντιμετώπιζα τα χώρισα σε μια κατηγορία τα οποία ήταν τα ψυχοσωματικά…Εδώ σε αυτή την κατηγορία είναι πως αισθανόμουν, ψυχικά πως αισθανόμουν…Και όλα αυτά, είχαν ως αποτέλεσμα…». Η Σ7 δηλώνει: «για μένα πρωτεύον δεν ήταν τα σωματικά μου προβλήματα, τα ψυχικά μου προβλήματα είναι…βάζω, ως επί το πλείστων, ε αυτά που πονούσαν την ψυχή μου όχι αυτά που πονούσαν το σώμα μου…έχω ταξινομήσει με αυτά που ένιωθα όταν ήμουνα στον κύκλο της βίας…».

Υπήρξαν ακόμα και κάποιες άλλες ταξινομήσεις. Συγκεκριμένα, η Σ5 αναφέρει: «…προς τον εαυτό μου τι ένιωθα… Ευγνωμοσύνη το βάζουμε στη μέση γιατί είναι και για τον Ν.… Όσον αφορά αυτόν, ένιωθα όλα αυτά…». Από την άλλη, η Σ9 επισημαίνει: «Αυτά είναι συναισθήματα που όσο ήμουνα, όσο υπήρχε η βία τέλος πάντων υπήρχαν…Αυτά είναι 3 συναισθήματα τα οποία…είναι πυλώνες, είναι φωτεινά αστέρια. Αυτό είναι…τα συναισθήματα τα οποία ακολούθησαν με την απομάκρυνση από, από το σπίτι…Αυτό είναι κάπως η κατάσταση της υγείας μου…Αυτά είναι για την κόρη μου».

5.3.Ονομασία χαμηλού σημείου

Στο επόμενο στάδιο, οι συνεντευξιαζόμενες ρωτήθηκαν τι όνομα θα έδιναν στην ταξινόμηση των καρτών που έκαναν. Η κάθε μία έδωσε από ένα ξεχωριστό όνομα. Η Σ1 το ονόμασε: «Εμπειρία», η Σ2: «Κακή φάση», η Σ3: «…βία» και η Σ4: «Τρομερή δυσκολία με αγωνιώδη προσπάθεια και νικηφόρο έκβαση». Ακόμα, η Σ5 έδωσε το όνομα: «Εποχή τρόμου…», η Σ6: «Μαύρη περίοδος», η Σ7: «Και νικήτρια και χαμένη», η Σ8: «…θυμός και αδικία…» και η Σ9: «…τα αστέρια είναι περισσότερα από αυτά που φαίνονται στον ουρανό…».

5.4.Νόημα χαμηλού σημείου για τον εαυτό

Έπειτα, οι συμμετέχουσες μίλησαν για το νόημα που είχε η κακοποιητική κατάσταση που βίωσαν για τις ίδιες. Κάποιες από αυτές την αντιμετώπισαν ως έναυσμα για προσωπική εξέλιξη. Διευκρινίζοντας, η Σ1 υπογραμμίζει: «…είναι μια ανάμνηση… που θα με βοηθήσει στα, στις επόμενες συνδέσεις μου, να ξέρω ποια είναι τα όριά μου, τι θέλω τι δεν θέλω και να αναγνωρίσω πιο εύκολα κάποιες συμπεριφορές». Η Σ2 συμπληρώνει: «Ήταν μια πολύ κακή εμπειρία η οποία όμως με βοήθησε να εξελιχθώ… Οι κακές εμπειρίες είναι μαθήματα, ενώ οι καλές εμπειρίες είναι αναμνήσεις. Γι' αυτό προσπαθώ, όχι να μη θυμάμαι τις κακές εμπειρίες, αλλά να τις κρατάω σαν μαθήματα». Παράλληλα, η Σ4 εκφράζει: «Ξεκινώντας από την παιδική μου ηλικία ότι είμαι πάρα πολύ ανθεκτική. Και ότι με βοήθησε ο Θεός να βρίσκω λύσεις. Είμαι ευρηματικότατη…μέσα από όλο αυτό το αυγάτισα το προσόν…» ενώ Σ8 τονίζει: «…να φροντίζω τον εαυτό μου από μικρή και τους άλλους».

Παράλληλα, άλλες γυναίκες αποτύπωσαν την επίδραση που είχε η κατάσταση αυτή στην αίσθηση του ίδιου τους του εαυτού. Αναλυτικότερα, η Σ5 σημειώνει: «Κατάλαβα ότι ο εαυτός μας μας ανήκει. Και ότι πρέπει, με το που νιώθουμε την

παραμικρή βία, είτε λεκτική, είτε σωματική, πρέπει αμέσως, με όποιον θεωρούμε εμείς τρόπο, να το αποβάλλουμε, να μην το αφήνουμε να προχωρήσει. Ο καθένας, βέβαια…με όποιον τρόπο μπορεί». Η Σ6 αποκαλύπτει: «Καταρχήν χαμογελάω πλέον. Γιατί αν δεν περνούσα αυτή την περίοδο, δεν θα αντιλαμβανόμουν ποτέ πόση δύναμη μπορεί να κρύβει ένας άνθρωπος». Τέλος, η Σ8 παραθέτει: «…με έχει κάνει φουλ δυνατή. Είμαι σαν άτομο ανεξάρτητη…μπορώ να διαχειριστώ καταστάσεις… μπορώ να πάρω αποφάσεις για μένα. Ναι. Με έχει κάνει φουλ δυναμική…».

Ακόμα, κάποιες μετέχουσες ανέδειξαν τον αρνητικό αντίκτυπο της κακοποίησης για τις ίδιες. Συγκεκριμένα, η Σ3 το απεικονίζει: «Σαν μια κακή εμπειρία». Η Σ7 εστιάζει: «…ένα κομμάτι της ζωής μου που το πήραν, γιατί ας πούμε την περίοδο αυτή…μου το έκλεψε, μου το καταδυνάστευσε, βιαιοπράγησε πάνω μου, ακόμα και το παιδί που μου έδωσε μου το κατέστρεψε…». Η Σ9 προσθέτει: «Κανένα, θα ήθελα να ήμουν ξανά 20 χρονών και να έκανα τελείως διαφορετικές επιλογές…».

5.6.Νόημα χαμηλού σημείου για τους άλλους

Κατόπιν, ζητήθηκε από τις συνεντευξιαζόμενες να εξηγήσουν το νόημα που είχε η κατάσταση που βίωναν για τους άλλους ανθρώπους γύρω τους. Κάποιες δήλωσαν ότι προκαλούσε και σε εκείνους αρνητικά συναισθήματα. Για παράδειγμα, η Σ1 επισημαίνει: «…βαρούσαν και αυτοί καμπανάκια…εμένα δεν μου χαϊδεύαν και τα αυτιά…δημιουργούσε και σε αυτούς αρνητικά συναισθήματα…». Η Σ2 συμπληρώνει: «Ήτανε στεναχωρημένοι και ανήσυχοι. Ούτε εκείνοι ήξεραν πώς να με διαχειριστούν και πώς να με βοηθήσουν».

Κάποιες άλλες ανέφεραν ότι για τις ίδιες ήταν ένα μοναχικό βίωμα. Αναλυτικότερα, η Σ7 διευκρινίζει: «…ήθελα να το κάνω μόνη μου… επειδή η επιλογή ήταν δική μου να τον πάρω και οι συμβουλές οι δικές τους δεν τις άκουσα, δεν τους έδωσα το περιθώριο να πουν εγώ στα έλεγα και πορεύτηκα μόνη μου και εντάξει μια χαρά τα κατάφερα». Με ανάλογο τρόπο, η Σ8 υπογραμμίζει: «…δεν νομίζω ότι οι υπόλοιποι βγάζανε κάποιο νόημα…Δεν είναι ότι υπήρχε συζήτηση. Δηλαδή αυτό το βίωσα λίγο μόνη μου. Και δεν ξέρω και οι άλλοι πώς το βλέπανε…».

Μία συμμετέχουσα δήλωσε ότι θεωρεί την ιστορία της παράδειγμα για τα σημαντικά για εκείνη πρόσωπα. Συγκεκριμένα, η Σ9 τονίζει: «…για την κόρη μου να μη δέχεται την κακοποίηση…για τους υπόλοιπους έχει να κάνει με τα όρια και το να μην εμπιστεύονται».

5.7.Δράσεις που βοήθησαν

Στη συνέχεια, οι μετέχουσες ανέδειξαν τις δράσεις που τις βοήθησαν να απομακρυνθούν από αυτή την κατάσταση. Στις δράσεις αυτές, κάποιες γυναίκες συμπεριέλαβαν την στήριξη από σημαντικά πρόσωπα. Η Σ5 εκφράζει: «…με βοήθησαν ο άνθρωπός μου, και σχέση μου τότε. Που το εκμυστηρεύτηκα και σε αυτόν έτσι άμεσα. Το σεβάστηκε, πίστεψε σε μένα…». Η Σ6 και η Σ9 σημειώνουν αντίστοιχα: «Μου έδωσε την κινητήριο δύναμη η λατρεία που έχω προς τα παιδιά μου. Δεν ήθελα να με βλέπουν σαν αντικείμενο που γίνεται το εξιλαστήριο θύμα για να ξεσπάει κάποιος άνθρωπος που έχει ψυχολογικά προβλήματα. Θεωρούσα ότι η κόρη μου, ε, δεν θα έπρεπε να έχει αυτή την εικόνα για την μητέρα της» και «…η μικρή ήτανε…Η ανάγκη του να προστατεύσω πρώτα αυτή…Και με το πρακτικό και με την κάθε πράξη να την προστατεύσω…». Συγχρόνως, η Σ8 παραθέτει: «Και σίγουρα βοηθάει, ας πούμε, να μιλήσεις και με άλλα άτομα που έχουν παρόμοιες εμπειρίες να δεις ότι όντως, δεν το έχεις πάθει μόνο εσύ».

Πολύ σημαντική, επίσης, ως δράση, χαρακτηρίστηκε και η στήριξη από ειδικούς. Όπως επιβεβαιώνει η Σ2: «…ότι πήγα στον ψυχολόγο…». Ακόμα, η Σ3 προσθέτει: «…η στήριξη από ειδικούς ψυχολόγους…» και η Σ8 αποκαλύπτει: «…ότι μίλησα με ψυχολόγο και ότι πήρα και έτσι πιο επαγγελματική οπτική».

Στο κομμάτι των δράσεων, κάποιες συνεντευξιαζόμενες, επέλεξαν να αναφέρουν την εκπαίδευση και την εργασία. Πιο συγκεκριμένα, η Σ4 εστιάζει: «Διάβασμα…Και φυσικά η δουλειά μου» και η Σ7 εξηγεί: «Σου είπα ότι εγώ έκανα ένα στρατηγικό σχέδιο…διαφυγής μέσω της εκπαίδευσης…και με το διορισμό μου στον ΑΣΕΠ…».

Επίσης, κάποιες επιπλέον δράσεις σημειώθηκαν από τις συνεντευξιαζόμενες. Η Σ1 δηλώνει: «Ο χρόνος είναι πράγματι γιατρός». Συνεχίζοντας, η Σ4 αποτυπώνει: «Οι προπονήσεις μου…Η πίστη μου στον Θεό….Η αγάπη μου για τη φύση». Η Σ7 επισημαίνει: «…προσπαθώ να απασχολώ το μυαλό μου και να κάνω πράγματα που θα μου δίνουν θετική ενίσχυση…». Τέλος, η Σ8 υπογραμμίζει: «…με βοήθησε φουλ το ότι έφυγα από το σπίτι, πήρα απόσταση…».

5.8.Συμβουλή

Ολοκληρώνοντας την διαδικασία της συνέντευξης, ζητήθηκε από τις συμμετέχουσες να δώσουν μία συμβουλή σε κάποιον άλλο που βιώνει την ίδια κατάσταση με εκείνες.

Μία από τις συμβουλές που δόθηκαν, ήταν η απομάκρυνση από το κακοποιητικό περιβάλλον. Αναλυτικότερα, η Σ2 διευκρινίζει: «Φύγε χθες. Όχι τώρα, χθες. Έχεις φύγει. Κοίτα τον εαυτό σου και τίποτα άλλο και μην μένεις στιγμή εκεί που σε διαλύουν». Η Σ7 τονίζει: «…σχέδιο διαφυγής οπωσδήποτε, ποτέ έτσι και μετά νέα ζωή…» ενώ η Σ8 συμπληρώνει: «Το καλύτερο που μπορείς να κάνεις είναι να πάρεις απόσταση και να μην έχεις στη ζωή σου άτομα που σου προκαλούν κακό. Καταλαβαίνω το γεγονός ότι οι συνθήκες δεν είναι πάντα ιδανικές. Προσπάθησε». Η Σ9 εκφράζει: «Φύγε».

Κάποιες ακόμα συμβουλές που δόθηκαν, αφορούν την πίστη στον εαυτό και την αναγνώριση των δικαιωμάτων τους. Ειδικότερα, η Σ3 δηλώνει: «Η ζωή είναι δικαίωμα» ενώ η Σ5 συμβουλεύει: «Να μη φοβάται να μιλήσει. Να ζητήσει βοήθεια. Με όποιο τρόπο εκείνη θεωρεί…έγκαιρα. Να μη νιώσει ότι θα κριθεί. Ότι εκείνη φταίει». Ακόμα, η Σ6 παραθέτει: «Πίστεψε στον εαυτό σου και δώσε του το σεβασμό και τη δύναμη να αποδείξει τα καλύτερα. Μπορείς».

Κλείνοντας, κάποιες γυναίκες εστίασαν στην εύρεση της κατάλληλης στιγμής και του χρόνου για να αντιμετωπίσουν αυτό που βιώνουν. Συγκεκριμένα, η Σ1 σημειώνει: «…δεν θα επέμενα πολύ, γιατί τώρα που το έχω βιώσει καταλαβαίνω ότι όταν ο άλλος δεν είναι έτοιμος να το ακούσει, δεν θα πετύχει, οπότε απλά θα ήμουνα δίπλα του για να του υπενθυμίζω ότι κάτι δεν πάει καλά μέχρι να το πάρει εκείνος απόφαση». Την ίδια στιγμή, η Σ4 επισημαίνει: «Πρώτα από όλα θα σου έλεγα αυτό που έζησα και εγώ. Δεν είσαι πότε μόνη, όσο μόνη κι αν νιώθεις. Θα το ξεπεράσεις και θα γιατρευτείς σιγά-σιγά. Μάζεψε δυνάμεις και αντιμετώπισέ το στο δικό σου χρόνο»

6. Η περίοδος της βίας

Κατά την διάρκεια της ανάλυσης των παραπάνω συνεντεύξεων, κρίθηκε χρήσιμη η περαιτέρω διερεύνηση των εμπειριών των συνεντευξιαζόμενων καθώς εξελισσόταν η περίοδος της βίας. Παρακάτω θα γίνει αναφορά στα γεγονότα της κακοποίησης, στον θύτη και στην επιζήσασα.

6.1.Κακοποίηση

Τα είδη κακοποίησης τα οποία αναφέρθηκαν από τις συμμετέχουσες στην παρούσα έρευνα είναι η σωματική, η ψυχολογική, η σεξουαλική και η οικονομική κακοποίηση, η σεξουαλική παρενόχληση και η παρακολούθηση.

Αναφορά στην σωματική κακοποίηση έγινε από εφτά γυναίκες. Πιο αναλυτικά, περιεγράφηκαν άμεσα σωματικά χτυπήματα όπως μπουνιές στο πρόσωπο και στο στήθος, χαστούκια και κλοτσιές, πιασίματα από τον λαιμό και τραβήγματα των μαλλιών. Επίσης, έγινε λόγος και για περιστατικά κατά τα οποία κινδύνεψε η ζωή τους μέσα από σπρωξίματα σε γκρεμό και από αυτοκίνητο εν κινήσει καθώς και περιστατικά όπου έγιναν επιθέσεις εις βάρος τους με την χρήση αντικειμένων. Συγκεκριμένα, η Σ7 αναφέρει: «…να με χτυπάει πρώτα στο πρόσωπο, να μελανιάζει… και μετά με χτυπούσε οπουδήποτε αλλού…», η Σ2 προσθέτει «…μου είχε ρίξει μια μπουνιά στο στήθος που μου είχε πραγματικά κόψει την ανάσα». Παράλληλα, η Σ6 και η Σ9 συμπληρώνουν αντίστοιχα: «…τα χαστούκια που έτρωγα ήταν μία και κοπανούσα στον τοίχο, άνοιγε η μύτη μου και δεν το καταλάβαινα» και «…τριών μηνών με κλωτσούσε και μου έλεγε: *να γεννήσεις τώρα να τελειώνουμε*… με έπιασε από το λαιμό στον ύπνο μου». Την ίδια στιγμή, η Σ8 τονίζει: «Τη μία με είχε πιάσει από τα μαλλιά και με έσερνε…μου πετάει μια κατσαρόλα στο κεφάλι…» ενώ η Σ3 και η Σ9 παραθέτουν αντιστοίχως: «...με είχε ρίξει σε χαντάκι...» και «…εκεί που οδηγούσε…ανοίγει την πόρτα και με σπρώχνει από το αυτοκίνητο…».

Έπειτα, οκτώ από τις εννιά συμμετέχουσες δήλωσαν ότι έχουν βιώσει ψυχολογική κακοποίηση. Πιο λεπτομερώς, υπογράμμισαν το γεγονός ότι οι θύτες τις έκαναν να αισθάνονται ενοχές, ότι ήταν χειριστικοί και ότι ασκούσαν έλεγχο προς εκείνες. Τόνισαν, ακόμα, ότι συχνά τις απειλούσαν, τις εκβίαζαν και τις απομόνωναν από το κοινωνικό τους περιβάλλον. Ιδιαίτερα συνηθισμένος φαίνεται πως ήταν και ο εκφοβισμός σε συνδυασμό με την επίδειξη δύναμης, την απαξίωση και την υποβίβαση. Τέλος, πολλές συνεντευξιαζόμενες έδωσαν μεγάλη βαρύτητα και στην απόδοση ευθυνών και προσβλητικών χαρακτηρισμών σε βάρος τους. Ειδικότερα, όπως λέει η Σ7: «…αισθανόσουν τόσο ένοχη, που μόνο που δεν του ζητούσες και συ...να σε συγχωρήσει για αυτό που αυτός ήταν ένοχος…». Σχετικά με τον έλεγχο, η Σ6 επισημαίνει: «Μπορούσε όμως να αλλάξει τη βίζα εκείνος, να την κάνει τύπου συζυγική…και να έχω δικαίωμα παραμονής στη χώρα…Και δεν το έκανε ποτέ. *Θα σου δώσω το δικαίωμα να μείνεις*, λέει, *στη χώρα και μετά απλά να ανοίξεις τα φτερά σου και να φύγεις;*», παρόμοια η Σ8 προσθέτει: «Πρακτικά ξεπερνούσε και τα όρια, δεν είχε απλά τον έλεγχο της ζωής μου. Γιατί, εντάξει όλοι οι γονείς έχουν τον έλεγχο των παιδιών τους. Δηλαδή, έκανε κατάχρηση αυτού του ελέγχου που είχε». Από την άλλη, η Σ9 αναφέρει: «…άρχισε…ότι…*άμα χωρίσουμε εγώ θα αυτοκτονήσω*,…*άμα*

χωρίσουμε εγώ δεν θα ζω,…κλείνω τα μάτια και σκέφτομαι τη ζωή μου χωρίς εσένα και πέφτω σε έναν γκρεμό, σε μια τεράστια μαύρη τρύπα…», ενώ η Σ3 παραθέτει: «Με είχε απομονώσει από όλους, δεν έβλεπα κανένα, ήμουν ολομόναχη, ένιωθα μοναξιά…μετά με κλείδωσαν στο σπίτι γιατί τους έκανα ρεζίλι». Η ίδια, στην συνέχεια, συμπληρώνει: «Μπήκα στο αμάξι της αδερφής μου, αυτός έγινε έξαλλος και άρχισε να πυροβολεί το αμάξι». Η Σ6 και η Σ9, αντίστοιχα, υπογραμμίζουν: «Κοπανούσε το ψυγείο, τον τοίχο…» και «…έμπαινε μέσα και άρχισε και φώναζε, χτυπούσε πόρτες…». Στη συνέχεια, η Σ4 σημειώνει: «Αυτό που με έριχνε ήτανε η απαξίωση που βίωνα. Το ότι δεν ήμουνα καλή για τίποτα. Δεν έκανα ποτέ αρκετά…ίσως…ήθελε να μου δείξει ότι δεν υπάρχω» και η Σ7 προσθέτει: «…προσπαθούσε να με εκμηδενίσει και να με υποτιμήσει…υποβίβαση…να φλερτάρει μπροστά μου για να με υποτιμάει…». Ολοκληρώνοντας, η Σ6 αναδεικνύει: «Ακόμα και τώρα…μου πετάει το μπαλάκι ότι…φταίω εγώ…όταν ήμουν έγκυος είχα πάρει 22 κιλά στην κάθε εγκυμοσύνη…Με έλεγε αγελάδα, με έλεγε φάλαινα, ιπποπόταμο, *πώς είσαι έτσι μωρή, πώς κυκλοφορείς έτσι, τι βυζιά είναι αυτά*» ενώ, η Σ7 συμπληρώνει: «…ήταν προσβλητικός, περιέγραφε ότι κάναμε στο κρεβάτι πολλές φορές…στην παρέα…».

Στη συνέχεια, τρεις συνεντευξιαζόμενες επισήμαναν ότι υπέστησαν σεξουαλική κακοποίηση. Αναλυτικότερα, η Σ3 δηλώνει: «…σεξουαλική κακοποίηση, βιασμός, με πίεζε και όταν αρνιόμουν μου κάρφωνε πράγματα στο λαιμό, μαχαίρι, πιστόλι». Όμοια, η Σ7 αναφέρει: «…σεξουαλικά να με κακοποιεί…ερχότανε την ώρα που…κοιμόμουνα και…μου κατέβαζε το εσώρουχο για να με βιάσει, χωρίς προειδοποίηση χωρίς τίποτα, χωρίς φιλί χωρίς τίποτα» ενώ η Σ9 συμπληρώνει: «…εννοείται ότι υπήρχε και ο βιασμός…».

Κατόπιν, μια συμμετέχουσα μοιράστηκε ότι έχει βιώσει δύο φορές σεξουαλική παρενόχληση στο εργασιακό περιβάλλον. Πιο χαρακτηριστικά, η Σ5 παραθέτει: «Ξεκίνησε στο χώρο εργασίας…να αρχίζει να με φιλάει, να πιάνει διάφορα σημεία του σώματός μου. Να μου λέει ότι *αυτό το στήθος δεν θα το ακουμπήσει κανείς άλλος, είναι δικό μου, μόνο εγώ θα σε ακουμπάω…* Να μου λέει, *μου ανεβάζεις τη λίμπιντο και τι σέξι που είσαι με αυτό το φόρεμα, φαντάζομαι διάφορα*…Ακόμα και να μη μιλούσε, με τους μορφασμούς του προσώπου του μου έδειχνε, ας πούμε, ξέρεις, το στήθος».

Επιπρόσθετα, τέσσερις συμμετέχουσες ανέφεραν ότι έχουν υποστεί οικονομική κακοποίηση. Όπως τονίζει η Σ6: «Και οικονομική γιατί καταρχήν του είχα δώσει το ελεύθερο να βάζει και να βγάζει λεφτά στον λογαριασμό μου…Δεν έβαλε ποτέ του, το παιδί μας είχαμε εκεί και δεν είχε πληρώσει μια φορά…Ε κι όταν γυρνάω και ζητάω τα

λεφτά μου…να με βοηθήσει να τα ξεχρεώσω, μου λέει: *Σε γράφω…γιατί το χρέος είναι στο δικό σου όνομα*…». Παρόμοια, η Σ7 προσθέτει: «…και είχα και οικονομική εκμετάλλευση, δηλαδή τα ως προς το ζην τα δικά μου και του παιδιού, ως επί το πλείστων, τα κάλυπτα εγώ…» και η Σ9 συμπληρώνει: «…πήγαμε στην οικονομική βία, *εγώ έχω τα χρήματα, εγώ κάνω*, είχε την κάρτα της μισθοδοσίας μου, είχε τα πάντα…».

Ακόμα, τρεις γυναίκες ανέδειξαν το γεγονός ότι οι θύτες τις είχαν παρακολουθήσει. Η Σ5 δηλώνει: «Με παρακολουθούσε, σχολώντας για να πάω στο σπίτι και με πήρε από πίσω και μου έκλεισε το δρόμο με το αυτοκίνητο…έπαιρνα άδεια τις μέρες που ήξερα ότι θα ήταν εδώ. Άρχισε και ρωτούσε μετά στα γραφεία…Το τηλέφωνο μου το έμαθε…από τα κεντρικά».

Κατά την διάρκεια των συνεντεύξεων, πολλές συμμετέχουσες που είχαν βιώσει συντροφική βία έκαναν λόγο για κάποιες περιόδους κατά τις οποίες οι σύντροφοί τους είχαν την τάση να βελτιώνουν την συμπεριφορά τους, συνήθως με σκοπό να κερδίσουν ξανά την εμπιστοσύνη τους και να μην τις χάσουν από την ζωή τους. Πιο συγκεκριμένα, η Σ2 σημειώνει: «Όταν με είχε χτυπήσει και μετά εγώ του κρατούσα μούτρα και ήθελε να γυρίσω πίσω, πάντα μου έλεγε συγγνώμη, πάντα μου έκανε δώρα…». Αντίστοιχα, η Σ7 αναφέρει: «…είχε αρχίσει να με δελεάζει με αυτά που μου έλεγε, ότι *έχω αλλάξει*, μου είχε πάρει ένα δαχτυλίδι, τέλος πάντων, και ξαφνικά όταν γυρίσαμε…βλέπω πάλι το ίδιο πρόσωπο,…την ίδια κατάσταση…την ίδια νευρικότητα, τις ίδιες βλαστήμιες» ενώ η Σ9 συμπληρώνει: «…κάθε φορά που γινόταν ένα σκηνικό και εγώ…έπαιρνα ένα σακβουαγιάζ να βάλω μέσα δύο ρούχα και να φύγω, *εγώ που σ' αγαπώ*, με λουλούδια, με ένα καινούργιο ποίημα…υπήρχαν διαστήματα που γινόταν πραγματικά όχι μέλι, όχι χαλί, και μετά ξανά, ξανά από την αρχή…».

Παράλληλα, οι συνεντευξιαζόμενες θέλησαν να μοιραστούν και κάποια περιστατικά κατά τα οποία αντιδρούσαν στην κακοποίηση που βίωναν. Όπως λέει, χαρακτηριστικά η Σ2: «…κι άλλες φορές με είχε χτυπήσει και ανταποκρινόμουν. Δηλαδή, δεν καθόμουν να τις φάω. Έριχνα και εγώ». Η Σ4 προσθέτει: «…από την πιο μικρή, ουδέτερη παρατήρηση, ένιωθα επίθεση. Οπότε έμπαινα συνέχεια σε αμυντική και επιθετική…διάθεση…είχε προσπαθήσει να με κάνει να παραιτηθώ από τη δουλειά μου…πάτησα πόδι και είπα *όχι, δεν παραιτούμαι. Τη δουλειά μου, θα την κρατήσω*». Έπειτα, η Σ6 τονίζει: «Δεν του επέτρεπα να με αγγίζει. Και πολλές φορές πήγε να το κάνει με βία, αλλά του έλεγα: *σε παρακαλώ πάρα πολύ σήκω φύγε. Αυτό που πας να κάνεις είναι βιασμός, δεν θέλω να με ακουμπάς*. Μόλις άκουγε την λέξη βιασμός, έκανε

πίσω» ενώ η Σ7 προσθέτει: «…πήγαινα και λιγάκι κόντρα, η αλήθεια να λέγεται, και ας ήξερα ότι θα φάω ξύλο…».

Ορισμένες συμμετέχουσες θέλησαν να μιλήσουν για τους τρόπους με τους οποίους οι καταστάσεις της βίας επηρέασαν και τα παιδιά τους. Ειδικότερα, αναφέρθηκαν στις σχέσεις εκφοβισμού που διατηρούσαν οι θύτες με εκείνα. Ακόμα, τόνισαν πως αρκετά συχνά τα παιδιά ήταν μπροστά σε περιστατικά κακοποίησης ενώ, ορισμένες φορές, η βία ήταν προσανατολισμένη και προς αυτά. Υπήρξαν, επίσης παιδιά που εξέφρασαν στις μητέρες τους την άποψη τους σχετικά με τα γεγονότα που βίωναν τα ίδια αλλά και εκείνες. Έτσι, η Σ6 υπογραμμίζει: «Προς το παρόν δεν είναι βίαιος προς τα παιδιά. Μπορεί να είναι εκφοβιστικός, τύπου να τα μαλώνει, να υψώνει τον τόνο της φωνής του, και αυτά επειδή τον φοβούνται απλά να κάθονται ήσυχα». Κατόπιν, η Σ7 εκφράζει: «…δεν λογάριαζε την ύπαρξη του παιδιού όταν με χτυπούσε… το παιδί τον παρακαλούσε, μη με χτυπήσει…» και η Σ9 μιλώντας για την κόρη της συμπληρώνει: «…μετά γινόταν τόσο επιθετικός, ξέρω 'γω, που χρειαζόταν να φύγω…με ακολούθησε μέχρι την κρεβατοκάμαρα…έβαζε τα δάχτυλά της κάτω από τα βλέφαρά μου να κρατήσει αυτό το ποτάμι…Όταν έβλεπε έτσι αυτά τα τελευταία, έβαζε τσιρίδες…ήταν η άμυνά της…σαν να έλεγε σταμάτα». Ύστερα, η Σ7 και η Σ9 παραθέτουν αντιστοίχως: «…ήταν προσβλητικός και υποτιμητικός απέναντι στο παιδί, δηλαδή στο γιο μου…όταν έπινε του έλεγε: *μαλάκα, πώς είσαι και σε έχει κάνει η μάνα σου έτσι…*» και «…στο παιδί έχει φερθεί βίαια, δηλαδή τη γυρνούσε ανάποδα, την κρεμούσε, έτσι, από τα πόδια, καθόταν πάνω, της έκανε διαφορά, την είχε δαγκάσει…». Τέλος, η Σ6 δηλώνει: «Και μου λέει καμιά φορά ο Λ.: *Γιατί να γεννηθώ εγώ και γιατί να ζήσουμε όλα αυτά που ζήσαμε; Γιατί να μην έχω έναν μπαμπά που να σου φέρεται καλά;*» με την Σ9 να προσθέτει: «…η ίδια της μάλιστα έχει πει: *όμως, μαμά θα μπορούσες να με είχες κάνει με οποιονδήποτε άλλο, με οποιονδήποτε…*».

Στην συνέχεια, έγινε λόγος για τις δράσεις στις οποίες προέβησαν οι επιζήσασες στην προσπάθεια διαφυγής τους από το κακοποιητικό περιβάλλον. Ορισμένες ανέφεραν ότι είχαν κάνει προσπάθειες να διαφύγουν και πριν την οριστική τους απόφαση, ωστόσο ξαναγυρνούσαν. Συγκεκριμένα, η Σ2 εκφράζει: «Μετά με κολάκευε και λίγο η ζήλια του και γύρισα πάλι», και η Σ7 προσθέτει: «...είχα φτάσει να χωρίσω τρεις φορές...χώρισα σχεδόν ένα χρόνο, ήμουνα σε μια κατάσταση μεταξύ του να γυρίσω και να φύγω...». Παράλληλα, οι γυναίκες τόνισαν ότι ήταν πολύ σημαντικό για εκείνες να καταστρώσουν ένα σχέδιο διαφυγής για να είναι σίγουρες για την επιτυχία του και να νιώθουν ασφάλεια. Η Σ2 δηλώνει: «...έπιασα δουλειά, ήθελα να είμαι

οικονομικά ανεξάρτητη ώστε να μπορώ να φύγω γιατί συγκατοικούσα κιόλας με αυτόν τον άνθρωπο...Για να καταφέρω να διώξω αυτόν τον άνθρωπο από την ζωή μου του έδωσα λεφτά...» και η Σ7 επισημαίνει: «...ένα σχέδιο διαφυγής, ήταν όλα μελετημένα για μένα...θα πάω στη σχολή, θα τελειώσω, θα έχω ένα χαρτί, θα βρω δουλειά, θα κάνω τα χαρτιά μου στον ΑΣΕΠ, θα υπάρχει μόνιμη δουλειά γιατί φοβόμουν, οικονομική ανασφάλεια, ότι δεν μπορώ να επιβιώσω και να, μην τύχει τίποτα και δεν μπορώ να ταΐσω το παιδί μου, ή να το μορφώσω κι όλα αυτά...». Σε αντιδιαστολή με αυτά, έγινε αναφορά και στην δυσκολία διαφυγής από την κακοποίηση στην περίπτωση που ο θύτης ήταν ένας από τους γονείς. Έτσι, η Σ8 υπογραμμίζει: «Αλλά από την άλλη δεν μπορούσα να κάνω και κάτι. Δηλαδή, ήμουν ένα μικρό παιδί απέναντι σε έναν άντρα... έλεγα πολλές φορές στη μαμά μου να χωρίσει και κάπως με απογοήτευε και ότι δεν χώριζε...θεωρούσα ότι δεν τον σταμάταγε, ας πούμε. Μπορεί να έμπαινε στη μέση και άμα έμπαινε στη μέση του καβγά μας θα άρχιζαν να τσακώνονται εκείνοι...Αλλά, και πάλι, ένιωθα ότι θα ήθελα να το σταματήσει όλο αυτό νωρίτερα». Ακόμα, ιδιαίτερα συχνό ήταν και το φαινόμενο όπου η βία εξακολουθούσε να υπάρχει και μετά από τον χωρισμό. Όπως παραθέτει η Σ3: «Μου έκανε επιθέσεις μετά το χωρισμό. Μου έκανε μηνήσεις» και η Σ9: «...μου ξανά επιτέθηκε και καθώς έφυγε δεν, και ακόμα και τώρα κάνει τρελά...». Τέλος, ένα από τα πιο σημαντικά ζητήματα που ειπώθηκαν από τις συμμετέχουσες ήταν ότι αν δεν είχαν φύγει από το κακοποιητικό περιβάλλον, αυτή τη στιγμή δεν θα ήταν ζωντανές. Συγκεκριμένα η Σ3 επισημαίνει: «...ήταν πλέον ζήτημα ζωής και θανάτου...αν δεν έφευγα από αυτό το κακοποιητικό περιβάλλον δεν θα ζούσα τώρα...» και η Σ7 συμπληρώνει: «...αν δεν τα είχα κάνει αυτά, δε νομίζω ότι θα μιλάγαμε τώρα...».

Επιπρόσθετα, κάποιες γυναίκες μίλησαν και για την επαφή τους με το σύστημα στην προσπάθεια τους να ζητήσουν βοήθεια. Έτσι, μίλησαν για τις συναναστροφές τους με τις κοινωνικές υπηρεσίες και την αστυνομία. Αναλυτικότερα, η Σ3 υπογραμμίζει: «Είχα ζητήσει βοήθεια και από κοινωνικό λειτουργό και μου έλεγε: *ξανασκέψου το, έχετε 3 παιδιά, δεν τον ξέρεις πως είναι; Απλά δεν έχεις βρει ακόμα το κουμπί του*…Είχα ζητήσει βοήθεια από την αστυνομία, ήταν έξω από το σπίτι μου και πυροβολούσε και με απειλούσε και έπαιρνα την αστυνομία και ο αστυνομικός μου είπε ότι είναι μόνος του και δεν μπορούσε να φύγει. Ήρθαν μετά και είδαν τους κάλυκες». Έπειτα, η Σ9 επισημαίνει: «…ένα σαββατοκύριακο του προηγούμενου μήνα η κόρη μου δεν έμπαινε στο αυτοκίνητο. Αυτός…γιατί υπήρχε το νομικό πλαίσιο, ότι σε αυτές τις ώρες θα πρέπει να είναι μαζί του, κάλεσε την αστυνομία. Το παιδί ζήτησε να μιλήσει

με τους αστυνομικούς, κατά μόνας…τους είπε ότι δεν θέλω να πάω…προσπαθούσαν να την πείσουν να πάει, από τις 11 ως τις 2 το μεσημέρι. Αυτή έλεγε: *δεν θέλω, δεν θέλω, δεν θέλω*, στο τέλος της είπαν ότι είναι υποχρεωτικό, της έδωσαν και σοκοφρέτα». Σε αντιδιαστολή, η Σ6 αναφέρει: «Και πήγα όντως στην αστυνομία…για να καταγράψουν το περιστατικό…μίλησα με την κυρία Λ. που είναι στο γραφείο ενδοοικογενειακής βίας…μου είπε να μην στεναχωριέμαι και μου έδωσε την κάρτα της αν τυχόν ξανασυμβεί κάτι».

Ολοκληρώνοντας, τρεις συνεντευξιαζόμενες μιλήσαν για τις φορές κατά τις οποίες οι δράστες είχαν κινηθεί νομικά απέναντί τους. Πιο συγκεκριμένα, η Σ3 τονίζει: «Μου έκανε μηνύσεις…Είπε ότι είμαι τρελή και μπήκα στο ψυχιατρείο, για να μου πάρει τα παιδιά». Όμοια, η Σ6 παραθέτει: «…μου έχει κάνει μήνυση ότι παράτησα τα παιδιά και σηκώθηκα κι έφυγα…για δουλεία. Πράγμα το οποίο γύρισε μπούμερανκ γιατί το δικαστήριο έκρινε ότι δεν τίθεται ζήτημα αφαίρεσης επιμέλειας, έτσι και αλλιώς» με την Σ9 να συμπληρώνει: «…μου έκανε μήνυση γιατί αντέδρασα, γιατί τον απώθησα…».

6.2.Ο θύτης

Μέσα από την ανάλυση των συνεντεύξεων, διαπιστώθηκε ότι οι συμμετέχουσες μοιράζονται παρόμοιες εμπειρίες και όσον αφορά τον ίδιο τον θύτη και τα χαρακτηριστικά της συμπεριφοράς του.

Ειδικότερα, πέντε γυναίκες ανέφεραν ότι οι σύντροφοί τους έκαναν είτε χρήση ουσιών, είτε αλκοόλ, είτε είχαν εθισμό στον τζόγο, με ορισμένους να παρουσιάζουν συνδυαστική κατάχρηση των παραπάνω. Ένας, μάλιστα, διέπραττε και λοιπές παραβιάσεις απέναντι στον νόμο. Η Σ3 δηλώνει: «Έκανε χρήση ουσιών, μαστούρωνε…Ήταν τρομοκράτης…Η αστυνομία έκανε έλεγχο στο σπίτι μας, έκανε παράνομες δραστηριότητες…Έχει ποινικό μητρώο…». Όμοια, η Σ7 σημειώνει: «…έπινε, μετά έμαθα ότι κάνει χρήση και ουσιών, δηλαδή καπνίζει τσιγάρο και τα λοιπά…» ενώ η Σ9 προσθέτει: «…τότε έμαθα κιόλας για τη χρήση…δεν ξεκίνησε τότε, απλά τότε το έκανε μπροστά μου…». Τέλος, η Σ6 αναφέρει: «…με ενοχλούσε και με ενοχλεί ακόμα…η μυρωδιά του αλκοόλ. Γιατί έπινε…Το κράτος του έδινε επίδομα για ενοίκιο, για ενέργεια, για παιδικό και τα έπαιρνε όλα και τα έπαιζε στο καζίνο».

Ύστερα, έγινε λόγος και για το οικογενειακό τους υπόβαθρο. Ορισμένοι θύτες είχαν βιώσει και οι ίδιοι βία και καταστάσεις εξαρτήσεων μεγαλώνοντας. Οι οικογένειές τους, ακόμα, έδειχναν ανοχή και ενίσχυαν την κακοποιητική τους

συμπεριφορά. Η Σ2 αναφέρει χαρακτηριστικά: «…ήταν από επιφανή οικογένεια και είχε τα μέσα και τους τρόπους και τα χρήματα, άμα ήθελε να μου κάνει κάτι κακό, να μου το κάνει…». Συγχρόνως, η Σ6 επισημαίνει: «ο πατέρας του καταπίεζε την μάνα του…Ήταν χρόνιος τζογαδόρος…είχε κάνει οικονομική ζημιά στην οικογένεια…», συνεχίζει αναφερόμενη στο πρώην σύζυγό της: ««…είχε βιώσει βία στο οικογενειακό του περιβάλλον…είχε μεγαλώσει σε ένα τέτοιο περιβάλλον που θεωρούσε ότι ό, τι και να κάνει ο άντρας είναι στο απυρόβλητο…ένιωθε απόρριψη από την μάνα του η οποία δούλευε πάρα πολύ, αφού ο πατέρας του ήταν αποτυχημένος τελείως…». Την ίδια στιγμή, η Σ7 σημειώνει: «…είχε υποστεί και ο ίδιος απίστευτες καταστάσεις…τον έβγαζε ο πατέρας του και τον χτυπούσε με το λάστιχο έξω, και τα 4 παιδιά…». Ακόμα, η Σ8 τοποθετείται: «Γιατί οι άνδρες που είναι πατεράδες, που έχουν την κακοποιητική συμπεριφορά, μεγαλώνουν σε αυτή την οικογένεια. Οπότε, από κάπου παίρνουν κι αυτοί ερεθίσματα. Και τυχαίνει μετά να είναι οι παππούδες σου αυτοί. Ας πούμε, εκείνον τον παππού μου, του μπαμπά μου εννοώ… Είναι λίγο μαλάκας».

Συνεχίζοντας, παρατηρήθηκε ότι οι θύτες αδυνατούσαν να αντιληφθούν την συμπεριφορά τους ως εσφαλμένη και ανεπίτρεπτη. Συγκεκριμένα, η Σ6 αναδεικνύει: «…θεωρούσε…ότι ό, τι συνέβαινε απλά συνέβη, ας πούμε, και είναι όλα εντάξει, ως μη γενόμενο. Η βία που μου ασκούσε, γενικώς, και η καταπίεση…Γύρισε και μου λέει, λοιπόν, ότι *έλα μωρέ πώς κάνεις έτσι; Δεν σε έδερνα και κάθε μέρα*». Με ανάλογο τρόπο, η Σ7 προσθέτει: «…στο βωμό της αγάπης, όπως έλεγε αυτός, δεν ήταν και τίποτα αυτό που μου έκανε…».

Ύστερα, έγινε λόγος και για το εκπαιδευτικό και επαγγελματικό τους προφίλ. Όπως λέει η Σ2: «…το εκπαιδευτικό και επαγγελματικό υπόβαθρο είναι πολύ χαμηλά…», ενώ η Σ6 δηλώνει: «…όσο καιρό ήμασταν μαζί…δεν δούλευε…».

Σχετικά με την καθημερινότητα και τις κοινωνικές τους επαφές, η Σ3 επισημαίνει: «…είχε κακές παρέες» με την Σ6 να συμπληρώνει: «τις περισσότερες ώρες ήταν εκτός σπιτιού…ξενυχτούσε, γυρνούσε στο σπίτι ξημερώματα και κοιμόταν…μέχρι να γυρίσω εγώ από την δουλειά…στις 15:00…του λέω…*μια ζωή απών ήσουνα. Μα στα μπουζούκια, μα στα ξενυχτάδικα, μα στις πουτάνες, μα στις χαρτοπαιχτικές λέσχες*».

Από την άλλη, κάποιες γυναίκες δήλωσαν ότι, παρόλο που τα μέλη του κοινωνικού τους περίγυρου είχαν γνώση του χαρακτήρα και των συμπεριφορών των συντρόφων τους, δεν φρόντισαν να τις ενημερώσουν σχετικά. Χαρακτηριστικά, η Σ3 σημειώνει: «Δεν ήξερα που έμπαινα, κανένας δεν μιλούσε ενώ όλοι ήξεραν». Όμοια, η

Σ6 υπογραμμίζει: «Εμένα δεν με είχαν προειδοποιήσει. Κανείς δεν είχε μιλήσει…Οι συγγενείς, επειδή το ήξεραν ποιος είναι, βάζαν στοίχημα μεταξύ τους πόσο καιρό θα αντέξω».

Τέλος, οι συνεντευξιαζόμενες μίλησαν και για το γεγονός ότι οι κακοποιητές τους παρουσίαζαν μια ευρύτερα κακοποιητική συμπεριφορά καθώς και μοτίβα εμμονής και εγωκεντρισμού. Την ίδια στιγμή, αναφέρονται και στο ζήτημα της αλλαγής τους. Πιο αναλυτικά, η Σ5 λέει: «…το είχε κάνει και σε άλλες κοπέλες» ενώ η Σ6 προσθέτει: «Γιατί αν δεν ήταν βίαιος προς εμένα, γυρνούσε προς αυτούς, έτσι όπως έγινε και μετά που έφυγα. Φωνές, κακό, σπασίματα στο σπίτι…». Ταυτόχρονα, η Σ7 επισημαίνει: «…είναι εμμονικός…μέχρι και τώρα έχει ακριβώς όπως είχα αφήσει το σπίτι…είχε τοιχοκολλήσει…σε όλα τα δωμάτια…τις φωτογραφίες μας» και «…προσπαθούσε να με εκμηδενίσει και να με υποτιμήσει και να προβάλλει τα δικά του στοιχεία…γιατί αυτός δυνατός δεν ήταν μέσα στην οικογένειά του και προσπαθούσε να δείξει τη δύναμή του και δεν μπορούσε να τη δείξει κάπως διαφορετικά…κακοποιούσε, όταν τελείωνε την πράξη αυτή αισθανόταν δυνατός». Η Σ7 παραθέτει και το εξής: «…έκανα ένα παιδί συνειδητοποιημένα ότι ίσως διορθωθεί, αλλά ούτε και αυτό στάθηκε δυνατό…» με την Σ9 να συμφωνεί: «…του έδειχνα εξετάσεις από το μωρό και πίστευα ότι θα τον αλλάξει αυτό, η πατρότητα…» και την Σ8 να συμπληρώνει: «…και τώρα θεωρώ ότι ο μπαμπάς μου…Δεν είναι ότι έχει σταματήσει. Δεν είναι ότι η συμπεριφορά του θα αλλάξει». Σε αντιδιαστολή, η Σ4 αναδεικνύει: «Ο μπαμπάς τους δεν ακολούθησε ψυχοθεραπεία, βέβαια. Όμως, ακολούθησε μια πνευματική θεραπεία, η οποία τον βοήθησε κατά πολύ να διορθώσει τις συμπεριφορές του».

6.3.Η επιζήσασα

Οι συμμετέχουσες στην παρούσα έρευνα μοιράστηκαν επιπλέον εμπειρίες οι οποίες συνέβαλαν καθοριστικά στην αποτύπωση των ιδιαίτερων συνθηκών που βίωναν στα πλαίσια της έμφυλης βίας.

Πιο συγκεκριμένα, αναφέρθηκαν στην απώλεια βάρους και στην μείωση της λειτουργικότητάς τους. Άλλα, σημαντικά στοιχεία που τόνισαν ήταν οι αυτοκτονικές τάσεις, η κατάθλιψη και η κατανάλωση αλκοόλ. Ακόμα, έκαναν λόγο και για την αποστασιοποίησή τους από τον θύτη καθώς και για την ανάγκη να λείπουν όσο το δυνατόν περισσότερο από την, τότε, κοινή τους κατοικία. Έτσι, η Σ2 δηλώνει: «Τότε είχα χάσει και 10 κιλά. Είχα ήδη ξεκινήσει το κάπνισμα από τότε. Και ήμουν μόνο καφέ και τσιγάρο» με την Σ3 και την Σ8 να προσθέτουν αντιστοίχως: «Ήμουν στο πρώτο

στάδιο νευρικής ανορεξίας, είχα χάσει 15 κιλά» και «…είχα σταματήσει να τρώω. Και έφτασα στο σημείο να λιποθυμήσω στο σχολείο…κάπως αντιδρά το σώμα σου». Κατόπιν, η Σ5 τονίζει: «…δεν μπορούσα, δεν μπορούσα να δουλέψω, δεν μπορούσα να είμαι ο εαυτός μου. Δεν μπορούσα να λειτουργήσω γενικά, είχα τρόμο για την κάθε μου κίνηση…». Η Σ2 αναφέρει: «Είχα σκεφτεί να βάλω τέλος στη ζωή μου. Και μάλιστα το έχω προσπαθήσει…ξύπνησα και ένιωσα ακόμα πιο ηλίθια, δηλαδή ότι ούτε αυτό δεν μπορείς να κάνεις, είσαι άχρηστη. Ουσιαστικά δεν ήθελα να πεθάνω. Απλά ήθελα να τελειώσει αυτό που ένιωθα» και η Σ3 προσθέτει: «Νοσηλεύτηκα στην ψυχιατρική κλινική, διαγνώστηκα με αντιδραστική κατάθλιψη». Παράλληλα, η Σ7 παραθέτει: «…έπινα για να μην τον καταλαβαίνω που έρχεται…είχα την τάση να φεύγω από το σπίτι…». Η Σ9 συμπληρώνει: «…πολλές φορές δεν γυρνούσα, πήγαινα τη μικρή στο παιδικό ή στο νήπιο και δεν γυρνούσα σπίτι κατευθείαν, κοντοστεκούλιζα δεξιά και αριστερά για να δω το αυτοκίνητο ότι έχει φύγει, δεν ήθελα να μείνω μόνη μαζί του…». Τέλος, η Σ6 επισημαίνει: «Ήταν τόση η αποστασιοποίηση μου, που δεν με ένοιαζε αν ζει ή αν πέθανε…νομίζω ότι είχα πάθει μια σχετική ανοσία. Ίσως ήταν για να προφυλάξω την ψυχική μου κατάσταση;».

Οι γυναίκες που μοιράστηκαν εμπειρίες συντροφικής βίας έδωσαν ιδιαίτερη έμφαση στην προσωπική τους αντίληψη για την κακοποίηση που βίωναν. Συγκεκριμένα, ορισμένες αναφέρθηκαν στο γεγονός ότι, αρχικά, δεν συνειδητοποίησαν πλήρως την κατάσταση στην οποία είχαν βρεθεί, ενώ άλλες αναγνώρισαν πως υπήρχαν σημάδια τα οποία είτε αγνόησαν συνειδητά, είτε δίστασαν να παραδεχτούν σε άλλους. Παράλληλα, εξέφρασαν και τη μεταμέλειά τους που δεν αποχώρησαν νωρίτερα από τη σχέση, επιρρίπτοντας ευθύνες και στον εαυτό τους για το ότι δεν απέτρεψαν τη βία ή για την απόφασή τους να εμπλακούν εξ αρχής σε μια κακοποιητική σχέση. Πιο αναλυτικά, η Σ1 δηλώνει: «…εκ των υστέρων κατάλαβα ότι ήταν, ας πούμε, βία όλο αυτό, δεν το είχα αντιληφθεί όσο ήμουν μέσα σε αυτή τη σχέση». Την ίδια στιγμή, η Σ4 τονίζει: «…υπήρχαν σημάδια, αλλά εγώ επέλεξα να τα αγνοήσω. Παρότι είχα ένα πολύ δυνατό ένστικτο, το φίμωσα» ενώ η Σ7 επισημαίνει: «…προσπαθούσα σε όλους να δείχνω ότι είναι η σωστή μου επιλογή και ενώ ήξερα ότι δεν είναι…δεν τους έδωσα το περιθώριο να πουν *εγώ στα έλεγα*…». Κατόπιν, η Σ9 σημειώνει: «Δεν έχω μετανιώσει για τίποτα άλλο, παρά γιατί δεν έχω φύγει έστω, όσο το δυνατόν γίνεται νωρίτερα…». Τέλος, η Σ6 υπογραμμίζει: «*Φταίω εγώ, που σου επέτρεψα να κάνεις αυτά που έκανες*. Νόμος αυτό» με την Σ2 να συμπληρώνει:

«…ένιωσα πολύ ηλίθια που έμπλεξα σε μια κακοποιητική σχέση, έχοντας ήδη ζήσει άλλη μια 7 χρόνια πριν…».

Παράλληλα, δύο συμμετέχουσες εξέφρασαν τις επιθετικές τους σκέψεις απέναντι στον θύτη. Η Σ2 λέει: «…είχα σκεφτεί και τους δύο…να τους σκοτώσω…είχα φτάσει σε αυτό το σημείο…» ενώ η Σ7 προσθέτει: «…αυτά τα χέρια αν είχα τη δυνατότητα θα του τα έκοβα, θα του τα έκοβα, για το πως βιαιοπραγούσε…».

Από την άλλη, μίλησαν και για την σχέση τους με τον κοινωνικό τους περίγυρο κατά την περίοδο που εξελίσσονταν τα γεγονότα της βίας. Ειδικότερα, ανέδειξαν το γεγονός ότι συχνά επέλεγαν να μην μοιραστούν όσα αντιμετώπιζαν με τα σημαντικά για εκείνες πρόσωπα. Ορισμένες, μάλιστα, εστίασαν και στην ντροπή που αισθάνονταν απέναντί τους ενώ, μία συγκεκριμένη συμμετέχουσα ανέφερε πως, θέλοντας να τιμωρήσει τον εαυτό της, απέκλεισε εντελώς το κοινωνικό της περιβάλλον. Ταυτόχρονα, μία άλλη επισήμανε την ανησυχία των κοντινών της ανθρώπων, όταν εκείνοι άρχισαν να αντιλαμβάνονται ότι κάτι συνέβαινε. Η Σ6 λέει χαρακτηριστικά: «Οι γονείς μου δεν ήξεραν τίποτα… Με ρωτούσαν οι φίλοι μου *πώς πας* και έλεγα *εντάξει, όλα καλά*». Η Σ8 συμπληρώνει: «…αφού θεωρούσα ότι…δεν γινόταν συζήτηση μεταξύ της μαμάς και του μπαμπά, να του βάλει μυαλό, ας πούμε, δεν έβρισκα και νόημα να πω κάτι. Δηλαδή αυτό το βίωσα λίγο μόνη μου» ενώ η Σ3 προσθέτει: «…ντρεπόμουν να μιλήσω…». Έπειτα, η Σ7 δηλώνει: «…εννοείται ότι δεν καθόμουνα στον κόσμο να λέω τι μου συμβαίνει… ήθελα να τιμωρήσω τον εαυτό μου, ήθελα να το κάνω μόνη μου, δεν άφησα να ανακατευτεί…κανέναν…». Από την άλλη, η Σ2 σημειώνει: «…βλέπαν τη διαφορά…ότι δεν έχω όρεξη, ότι είμαι συνέχεια υποτονική. Ξέρανε ότι είμαι σε σχέση με ένα παιδί…με βλέπανε, από την αρχή της σχέσης μέχρι ένα σημείο μετά, ότι αλλάζω, ότι δεν είμαι το παιδί τους».

Ένα, ακόμα, γεγονός στο οποίο αναφέρθηκαν μερικές από τις συνεντευξιαζόμενες ήταν η δυσκολία του βιοπορισμού τους κατά την προσπάθειά τους να απομακρυνθούν από τον κακοποιητή τους. Πιο συγκεκριμένα, η Σ3 δηλώνει: «Εγώ δεν είχα δουλειά ούτε χρήματα…Με βοήθησαν τα αδέρφια μου». Με ανάλογο τρόπο, η Σ6 συμπληρώνει: «Προέκυψε ένα δικαστήριο, μετά προέκυψε κι άλλο, έξοδα τα οποία έπρεπε να τα καλύπτω, άρα, έπρεπε να δουλεύω κάπου».

Ύστερα, τρεις συμμετέχουσες επισήμαναν ότι είχαν υπάρξει περιστατικά έμφυλης βίας και στο οικογενειακό τους υπόβαθρο. Όπως λέει η Σ4: «Ο θείος ήταν…ένας πολύ κακοποιητικός άνθρωπος ο οποίος βίαζε τη μητέρα μου. Και έβαζε χέρι σε μένα…Η μαμά μου υπήρξε αλκοολική…δε μπορούσε, μάλλον, να διαχειριστεί

τις καταστάσεις που βίωνε». Όμοια, η Σ7 αναφέρει: «…μετά ήρθε στη ζωή μου…μια μητριά η οποία ήταν πάρα πολύ κακή…δεν περνούσαμε καλά, υπήρχε κακοποίηση…». Τέλος, η Σ9 προσθέτει: «…ξεκίνησα στο ΕΣΤΙΑ…προχθές το συνειδητοποίησα…πήρα τη μαμά μου και της λέω *μαμά άνετα θα μπορούσες να έρχεσαι και εσύ εκεί που πάω*…είναι μπροστά μας και δεν το βλέπουμε γιατί έχουμε μεγαλώσει με αυτό…».

Έπειτα, οι συνεντευξιαζόμενες ανέδειξαν την απόφασή τους να ζητήσουν βοήθεια από επαγγελματίες υγείας καθώς και την χρησιμότητά της απόφασης αυτής. Έτσι, η Σ2 σημειώνει: «…συζητούσα με την ξαδέρφη μου…και της λέω *νοιώθω ότι…πρέπει να πάω σε ψυχολόγο*…Και πήγα…ήταν καταλύτης. Με έκανε να νιώσω ότι πατάω ξανά στα πόδια μου, ότι το έχω ξεπεράσει». Αντίστοιχα, η Σ3 επισημαίνει: «Το μόνο που ήθελα ήταν να πάω στο γιατρό, ήξερα ότι χρειαζόμουν βοήθεια» με την Σ6 να συμπληρώνει: «…πήγαινα στο Κέντρο Ψυχικής Υγείας…για να πάρω λίγο τα πάνω μου…». Ακόμα, η Σ8 τονίζει: «Ήξερα ότι πρέπει να πάω να συζητήσω όλα αυτά που μου έχουν συμβεί στη ζωή και η αφορμή ήταν ότι δούλευα και μου φώναξε το αφεντικό μου και μου έκανε τέρμα τρίγκερ την συμπεριφορά του μπαμπά μου…κόντεψα να βάλω τα κλάματα μέσα στη δουλειά και λέω δεν υπάρχει περίπτωση…».

Ολοκληρώνοντας, οι περισσότερες γυναίκες μίλησαν για τον βαθύ αντίκτυπο που πιστεύουν ότι είχε η έμφυλη βία στη ζωή τους. Αναφέρθηκαν στα αρνητικά συναισθήματα και τον πόνο που εξακολουθούν να προκαλούν οι αναμνήσεις, αλλά και στις αλλαγές που διαπίστωσαν στον χαρακτήρα τους. Παράλληλα, υπογράμμισαν την εμφάνιση φοβιών, την αλλαγή στη στάση τους απέναντι στους άνδρες, καθώς και την επίδραση στις σχέσεις τους με τους μετέπειτα συντρόφους τους. Επιπλέον, περιέγραψαν τα συναισθήματα που τρέφουν μέχρι σήμερα για τους θύτες, ενώ δεν παρέλειψαν να αναγνωρίσουν τα θετικά στοιχεία που βλέπουν στον εαυτό τους μέσα από την εμπειρία της επιβίωσης από την έμφυλη βία. Όπως λέει η Σ3: «…θεωρώ ότι υπάρχει ένα αγκάθι το οποίο αιμορραγεί μονίμως, δηλαδή όσο και…να λέω *ναι, τα έχω καταφέρει και έχω πάει παρακάτω,*…το τραύμα που μου έχει αφήσει θεωρώ ότι δεν θα φύγει ποτέ…». Η Σ7 παραθέτει: «…μετά το χωρισμό ήμουν αρκετά σκληρή και με τους γύρω μου, και με το γιό μου…γιατί έπρεπε να επιβιώσω…φοβάμαι το σκοτάδι γιατί στο σκοτάδι γινόταν η βία, πότε στο φως. Στο σκοτάδι με χτυπούσε, στο σκοτάδι κάναμε έρωτα, δεν ήθελα να τον βλέπω στα μάτια…». Παράλληλα, η Σ5 τονίζει: «Φοβήθηκα μετά τους άντρες…όταν πήγαινε…να με ακουμπήσει στο στήθος που είχα την άλλη εμπειρία, απομακρυνόμουν. Δεν ήθελα. Ακόμα…και στο να φορέσω κάποιο

μπλουζάκι…αν φαίνεται λίγο το στήθος μου σκέφτομαι: μήπως με αυτό τώρα προκαλέσω κάποιον και μου ξανασυμβεί;» με την Σ8 να συμπληρώνει: «…από τον σύντροφό μου…ψάχνω αυτό το πράγμα που δεν πήρα τότε. Θέλω…να με προσέχει…». Στην συνέχεια, η Σ5 αναφέρει: «Νιώθω ίδια και για τους δύο. Αηδία όμως. Τους βλέπω από μακριά, αρχίζω και φοβάμαι και νιώθω και αηδία» και η Σ7 προσθέτει: «…καμιά φορά που τον συναντάω νιώθω τον κόπο που ένιωθα…». Σε αντιδιαστολή, η Σ1 υπογραμμίζει: «…χαίρομαι, κιόλας, και που τελείωσε, και που, κατά κάποιο τρόπο, το έζησα…χαίρομαι που τώρα ξέρω, ας πούμε, ότι με το που δω κάτι θα πω *ώπα, αυτό περνάει τα όριά μου*». Την ίδια στιγμή, η Σ8 σημειώνει: «…το θετικό αυτής της περιόδου είναι ότι σίγουρα έχω γίνει πιο δυνατή…».

ΜΕΡΟΣ Δ': ΣΥΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ

1. Συζήτηση

Η μελέτη των αφηγήσεων καταδεικνύει μια καθημερινότητα εξαιρετικά επιβαρυμένη κατά την οποία οι γυναίκες καλούνται να ανταποκριθούν σε πολλαπλούς και συχνά αντικρουόμενους ρόλους - μητέρα, σύντροφος, κόρη, φίλη, φοιτήτρια, εργαζόμενη. Η συνύπαρξη αυτών των ρόλων συνδέεται με την έννοια της *«διπλής βάρδιας»*, όπως περιγράφεται από τις Hochschild και Machung (1989), η οποία αναφέρεται στον συνδυασμό αμειβόμενης εργασίας και απλήρωτης φροντίδας. Οι εμπειρίες τους αποκαλύπτουν την αθέατη διάσταση αυτής της εργασίας, η οποία, σύμφωνα με τη Delphy (1984) και τη Federici (2012), συνιστά βασικό πυλώνα της πατριαρχικής και καπιταλιστικής εκμετάλλευσης.

Ο ελάχιστος ελεύθερος χρόνος και η μόνιμη σωματική και ψυχική κόπωση επηρεάζουν την αίσθηση του εαυτού και την ψυχική ανθεκτικότητα των γυναικών. Η παραμέληση του ρόλου της «γυναίκας» με την έννοια της αυτοφροντίδας, του ερωτισμού και της προσωπικής ανάπτυξης συνάδει με την ανάλυση της Bartky (2015) για την «εξαφάνιση» του γυναικείου υποκειμένου μέσα από την πειθαρχία των κοινωνικών ρόλων. Η αυτοφροντίδα εμφανίζεται ως δευτερεύουσα ανάγκη, γεγονός που, όπως υποστηρίζει η Tronto (1993), αναπαράγει μια ηθική φροντίδας ασύμμετρα κατανεμημένη εις βάρος των γυναικών.

Παράλληλα, οι μαρτυρίες αποτυπώνουν μια συνεχή «διαπραγμάτευση» μεταξύ προσωπικών επιθυμιών και εξωτερικών υποχρεώσεων. Όπως αναφέρουν κάποιες γυναίκες, η προσαρμογή του επαγγελματικού προγράμματος στις οικογενειακές

ανάγκες γίνεται αντιληπτή ως μορφή ανθεκτικότητας ή ακόμα και λειτουργικότητας. Εξακολουθεί, ωστόσο να εντάσσεται σε ένα πλαίσιο όπου οι θεσμοί της εργασίας και της φροντίδας παραμένουν δομημένοι με βάση έμφυλες ιεραρχίες (Bourdieu, 2001). Όπως επισημαίνει η Fraser (2016), η κρίση φροντίδας που χαρακτηρίζει τις σύγχρονες κοινωνίες εντείνεται από τις νεοφιλελεύθερες αναδιαρθρώσεις, οι οποίες μεταθέτουν ολοένα και περισσότερη ευθύνη στις οικογένειες και, κατ' επέκταση, στις γυναίκες.

Σε αυτό το πλαίσιο, οι εμπειρίες των συμμετεχουσών δεν περιορίζονται σε ατομικές αφηγήσεις, αλλά συνιστούν μέρος μιας συλλογικής εμπειρίας γυναικών που προσπαθούν να ανταποκριθούν σε μια πιεστική και γρήγορη καθημερινότητα και να «χωρέσουν» τα πάντα σε ένα περιορισμένο χρονοδιάγραμμα, με τίμημα την εξάντληση και την παραμέληση του εαυτού τους. Το γεγονός αυτό καθιστά σαφές ότι οι έμφυλες ανισότητες δεν είναι μόνο ζήτημα ατομικών επιλογών ή ικανοτήτων, αλλά δομικό αποτέλεσμα κοινωνικών και οικονομικών μηχανισμών που εξακολουθούν να οργανώνονται γύρω από την ανδρική κανονικότητα.

Μέσα από την ανάλυση των αφηγήσεων αναδεικνύονται κοινωνικά δίκτυα με πολυεπίπεδη δομή, όπου ο εσωτερικός πυρήνας περιλαμβάνει κυρίως μέλη της οικογένειας και στενούς φίλους, ενώ σε εξωτερικούς κύκλους εντάσσονται συμφοιτήτριες, συνάδελφοι και συντροφικές σχέσεις. Οι σχέσεις αυτές διαφοροποιούνται τόσο ως προς την ποιότητα όσο και ως προς τη διαθεσιμότητά των ατόμων αναφοράς σε στιγμές κρίσης. Κάποιες γυναίκες περιγράφουν ισχυρούς δεσμούς υποστήριξης, ενώ άλλες επισημαίνουν απομάκρυνση, περιορισμένη εμπλοκή ή και συναισθηματική απόσταση από σημαντικά πρόσωπα. Ειδικό ενδιαφέρον παρουσιάζει το γεγονός ότι τα πρόσωπα αναφοράς σε καταστάσεις ανάγκης είναι κατά κύριο λόγο γυναίκες - μητέρες, αδελφές, φίλες - στοιχείο που συνδέεται με τη βιβλιογραφία για την έμφυλη κατανομή της φροντίδας (Tronto, 1993). Όπως υπογραμμίζει η Tronto, η φροντίδα έχει ανατεθεί ιστορικά δυσανάλογα στις γυναίκες, οι οποίες καλούνται να αναγνωρίζουν τις ανάγκες των άλλων, να αναλαμβάνουν την ευθύνη και να παρέχουν πρακτική και συναισθηματική υποστήριξη, συχνά χωρίς αναγνώριση ή ανταπόδοση. Αυτή η κοινωνικά καθιερωμένη κατανομή καθιστά τις γυναίκες πρωταρχικούς φορείς άτυπης υποστήριξης, αλλά ταυτόχρονα τις εκθέτει σε υπερφόρτωση και αναπαράγει τις έμφυλες ανισότητες στη διαχείριση του χρόνου και των πόρων τους.

Από τη σκοπιά της κοινωνιολογικής θεωρίας, η σύνθεση και η ποιότητα αυτών των δικτύων μπορούν να αναλυθούν μέσα από το πρίσμα του *κοινωνικού κεφαλαίου*

(Bourdieu, 1986· Putnam, 2000). Το κοινωνικό κεφάλαιο, δηλαδή οι πόροι που αποκτώνται μέσω σχέσεων και κοινωνικών δεσμών, επηρεάζει άμεσα την πρόσβαση σε πληροφορίες, συναισθηματική υποστήριξη και πρακτική βοήθεια. Η παρουσία ισχυρών δεσμών, όπως οι στενές φιλίες και οι οικογενειακοί δεσμοί, προσφέρει συναισθηματική ασφάλεια και αίσθηση ταυτότητας. (Bourdieu, 1986· Putnam, 2000). Ωστόσο, η υπερ-εξάρτηση από αυτούς τους δεσμούς μπορεί να οδηγήσει σε περιορισμό πρόσβασης σε νέες ευκαιρίες και θεσμική υποστήριξη (Granovetter, 1973). Αντίθετα, οι πιο χαλαροί δεσμοί με επαγγελματικά ή θεσμικά δίκτυα μπορούν να λειτουργήσουν ως δίαυλοι προς νέες πηγές βοήθειας, αλλά εμφανίζονται περιορισμένοι στις αφηγήσεις των συμμετεχουσών (Bourdieu, 1986· Putnam, 2000).

Στο πλαίσιο της έμφυλης βίας, η βιβλιογραφία δείχνει ότι η κοινωνική υποστήριξη αποτελεί κρίσιμο παράγοντα ανθεκτικότητας και αποχώρησης από κακοποιητικές σχέσεις (Campbell, 2003· Goodman et al., 2005). Τα δίκτυα που παρέχουν συναισθηματική ενδυνάμωση, επιβεβαίωση της εμπειρίας και πρακτική βοήθεια (π.χ. στέγαση, οικονομική στήριξη) αυξάνουν την πιθανότητα λήψης αποφάσεων που οδηγούν στην προστασία και την αυτονομία. Ωστόσο, η ανάλυση καταδεικνύει ότι για κάποιες γυναίκες, οι δεσμοί με μέλη της οικογένειας μπορεί να λειτουργούν και ως πηγή πίεσης ή σιωπηρής ανοχής προς τη βία, αναπαράγοντας τον κοινωνικό έλεγχο και την πατριαρχική κανονικότητα (Dobash & Dobash, 1992).

Συνολικά, το «κοινωνικό δίκτυο» των συμμετεχουσών δεν είναι απλώς ένα σύνολο σχέσεων, αλλά ένας ζωντανός μηχανισμός που μπορεί να ενδυναμώνει ή να περιορίζει την πορεία τους απέναντι στη βία και τις ανισότητες. Η ενίσχυση του κοινωνικού κεφαλαίου, ειδικά μέσα από συνδέσεις που υπερβαίνουν τον στενό οικογενειακό κύκλο, αναδεικνύεται ως κρίσιμη προϋπόθεση για την ουσιαστική ενδυνάμωση των γυναικών.

Ο χάρτης του σώματος φανέρωσε ότι το σώμα αποτελεί έναν τόπο πολυσήμαντο για τις γυναίκες: συνδέεται με την ταυτότητά τους, εκτίθεται στην κοινωνική κρίση, γίνεται πεδίο φροντίδας αλλά και αντίστασης, λειτουργεί ως δίαυλος ανάμεσα στον εσωτερικό τους κόσμο και τα κοινωνικά πρότυπα, και τελικά διατηρεί τη μνήμη της βίας. Για την κατανόηση της αλληλεπίδρασης αυτών των δεδομένων, αξίζει να ληφθούν υπόψη τόσο τα βιώματα των συμμετεχουσών όσο και οι θεωρητικές αναλύσεις γύρω από την αντίληψη του σώματος.

Αρχικά, το σώμα παρουσιάζεται ως κεντρικό στοιχείο της ταυτότητας και της αυτοεικόνας. Οι γυναίκες περιέγραψαν το πώς η αντίληψη για το σώμα τους

καθορίζεται τόσο από ανασφάλειες, όπως το αγύμναστο σώμα ή η όψη του μετά την εγκυμοσύνη, όσο και από στιγμές περηφάνειας και ανάγκης για προσωπική φροντίδα όπως η επιμέλεια της εμφάνισης, το χαμόγελο που επιλέγουν να ζωγραφίσουν στον εαυτό τους ή ένα τατουάζ. Η Young (2005) εξηγεί ότι οι γυναίκες αντιλαμβάνονται το σώμα τους ως περιορισμένο από κοινωνικούς κανόνες, αλλά και ως φορέα δυνατοτήτων, γεγονός που αντικατοπτρίζεται στις αντιφατικές στάσεις των συμμετεχουσών απέναντι στην αίσθηση της εμφάνισής τους. Παράλληλα, η Butler (2011) επισημαίνει ότι η αντίληψη για το σώμα δεν μπορεί να θεωρηθεί προσωπική ιδιαιτερότητα, καθώς αποτελεί μέρος μιας κοινωνικής διαδικασίας που την διαμορφώνει: το φύλο δεν υφίσταται ως ανεξάρτητη, έμφυτη ιδιότητα του σώματος, αλλά διαμορφώνεται και συγκροτείται μέσα από τις καθημερινές πρακτικές και τις κοινωνικές αλληλεπιδράσεις. Έτσι, οι αφηγήσεις επιβεβαιώνουν ότι η απόκτηση της αυτοεικόνας δεν είναι απλώς προσωπική υπόθεση, αλλά διαμορφώνεται μέσα από την διαρκή αλληλεπίδραση της ατομικής εμπειρίας με τις κοινωνικές νόρμες.

Η Ahmed (2017) υπογραμμίζει ότι η φροντίδα του εαυτού είναι μια φεμινιστική πρακτική, καθώς αψηφά την απαίτηση οι γυναίκες να παραμελούν τον εαυτό τους για χάρη των άλλων. Ο Crawford (1980), από την άλλη, τονίζει ότι οι πρακτικές υγείας και ευεξίας, παρότι συχνά παρουσιάζονται ως καθαρά ατομικές επιλογές, φέρουν και κοινωνικά νοήματα: μπορεί να ενισχύουν κανονιστικά πρότυπα, αλλά ταυτόχρονα να αποτελούν μορφές ενδυνάμωσης.

Η ανάλυση ανέδειξε ότι τα σωματικά συμπτώματα που περιέγραψαν οι γυναίκες, όπως η ένταση που εκδηλώνεται στο σώμα ή οι πόνοι που συνοδεύουν δύσκολες περιόδους, υποδηλώνουν ότι το σώμα αντανακλά τόσο προσωπικές εμπειρίες όσο και πιέσεις από το περιβάλλον. Οι Scheper-Hughes και Lock (1987) προτείνουν τον όρο «mindful body» για να εξηγήσουν ότι το σώμα είναι ταυτόχρονα βιολογικά, ψυχικά και κοινωνικά διαμορφωμένο, και ότι κάθε εμπειρία πρέπει να εξετάζεται μέσα από αυτό το πολυδιάστατο πρίσμα. Από την άλλη, ο Kleinman (1988) επισημαίνει ότι τα σωματικά συμπτώματα αποκτούν εκ νέου νόημα μέσα από τις αφηγήσεις των βιωμάτων και τις σχέσεις με άλλους. Οι εμπειρίες που καταγράφηκαν στον χάρτη σώματος δείχνουν ότι η βία και οι εξωτερικές πιέσεις δεν περιορίζονται μόνο στην εσωτερική κατάσταση, αλλά αποτυπώνονται και στο σώμα με ποικίλες εκδηλώσεις.

Πράγματι, το σώμα εμφανίζεται ως φορέας μνήμης της βίας. Οι γυναίκες περιέγραψαν ότι τα τραυματικά βιώματα άφησαν επάνω τους σημάδια τα οποία δεν αφορούν μόνο τις άμεσες κακώσεις ή τα τραύματα, αλλά και την αίσθηση ότι το σώμα

φέρει τη βία ακόμη και όταν αυτή έχει τελειώσει. Η Scarry (1985) υπογραμμίζει ότι ο πόνος είναι μια εμπειρία που αντιστέκεται στη γλώσσα: δύσκολα περιγράφεται με λόγια, όμως εγγράφεται έντονα στο σώμα. Αυτή η δυσκολία της λεκτικοποίησης, αλλά η ταυτόχρονη υλικότητα του πόνου, εξηγεί γιατί οι γυναίκες μπορεί να σιωπούν, ενώ το σώμα τους συνεχίζει να φέρει τα σημάδια. Παράλληλα, η Herman (1992) δείχνει ότι το ψυχικό τραύμα της κακοποίησης δεν αφορά μόνο τον νου, αλλά αποδιοργανώνει την ίδια την αίσθηση του σώματος: το σώμα γίνεται χώρος όπου το άτομο δεν αισθάνεται πια ασφαλές, αλλά αντιθέτως υπενθυμίζει την ευαλωτότητα και τον πόνο. Ο van der Kolk (1994) ενισχύει αυτή την οπτική με νευροβιολογικά και κλινικά δεδομένα, υποστηρίζοντας ότι οι εμπειρίες βίας δεν ξεχνιούνται, αλλά επανέρχονται ως ψυχοσωματικά συμπτώματα, κρίσεις πανικού, σωματικές εντάσεις ή άλλες αντιδράσεις που αναδύονται χωρίς συνειδητό έλεγχο.

Οι θεωρητικές αυτές αναλύσεις μας βοηθούν να κατανοήσουμε γιατί, στις αφηγήσεις των γυναικών, το σώμα δεν εμφανίζεται απλώς ως παθητικός αποδέκτης της βίας, αλλά ως ζωντανός φορέας μνήμης. Η βία εγγράφεται πάνω του, διαμορφώνει το παρόν και τις σχέσεις τους με τον εαυτό και τους άλλους, και συχνά επανεμφανίζεται μέσα από σωματικές και συναισθηματικές εκδηλώσεις. Το σώμα, επομένως, λειτουργεί ως υλική και ψυχική μαρτυρία της βίας, ακόμη και όταν το τραύμα παραμένει σιωπηλό σε επίπεδο λόγου. Η θεωρητική συμβολή της Butler (1993) υπενθυμίζει ότι το σώμα δεν είναι ουδέτερο· συγκροτείται μέσα από κοινωνικούς και πολιτικούς μηχανισμούς που καθορίζουν ποια σώματα θεωρούνται άξια φροντίδας και προστασίας. Στο πλαίσιο της πατριαρχικής βίας, αυτή η πολιτική διάσταση γίνεται ορατή στον τρόπο που ορισμένες περιοχές «σιωπούνται» στις αφηγήσεις, αντανακλώντας τη δυσκολία ή την αδυναμία λεκτικής διατύπωσης του τραύματος. Οι σιωπές αυτές μπορούν να ιδωθούν μέσα από την έννοια της «σωματοποιημένης σιωπής» φαινόμενο όπου το σώμα «θυμάται» ό,τι η γλώσσα αποφεύγει να εκφράσει (Herman, 1992).

Οι αφηγήσεις μέσα από τον χάρτη του σώματος δείχνουν, λοιπόν, ότι το σώμα είναι πολυδιάστατο: συγκροτεί την ταυτότητα, υφίσταται κοινωνικό έλεγχο, μετατρέπεται σε μέσο αντίστασης και φροντίδας, λειτουργεί ως γέφυρα ανάμεσα στον εσωτερικό κόσμο και τα κοινωνικά πρότυπα και τελικά αποτυπώνει τη μνήμη της βίας. Αυτά τα πολυδιάστατα συμπεράσματα αναδεικνύουν τη σημασία της μελέτης των αντιλήψεων των γυναικών για το σώμα τους ως κεντρικού πεδίου στην κατανόηση της έμφυλης βίας.

Η γραμμής ζωής έδωσε στις συμμετέχουσες τη δυνατότητα να αφηγηθούν την πορεία τους σε μια χρονολογική συνέχεια, εστιάζοντας τόσο στις χαρές όσο και στις δοκιμασίες που σημάδεψαν τη ζωή τους. Μέσα από αυτήν τη διαδικασία, η αφήγηση μετατράπηκε σε εργαλείο νοηματοδότησης και αναστοχασμού· η γραμμή δεν αποτύπωσε απλώς γεγονότα, αλλά κατέδειξε τις μεταβάσεις, τα εμπόδια και τις στιγμές υπέρβασης που συγκροτούν την υποκειμενική εμπειρία της ζωής. Η αφηγηματική προσέγγιση υπογραμμίζει ότι οι άνθρωποι δεν καταθέτουν μόνο «γεγονότα», αλλά οικοδομούν ταυτότητες μέσω ιστοριών (Bruner, 1990· Riessman, 2008). Με ανάλογο τρόπο, η Γραμμή Ζωής ανέδειξε πώς οι γυναίκες συγκροτούν την αίσθηση του εαυτού τους μέσα από μια διαρκή κίνηση ανάμεσα στο παρελθόν, το παρόν και το μέλλον.

Στα ψηλά σημεία της ζωής, οι γυναίκες στάθηκαν συχνά στην παιδική ηλικία, στις σχέσεις με τα αδέλφια και τους γονείς, στις χαρές της φοιτητικής ζωής, στις φιλίες, στη γέννηση παιδιών, αλλά και στη λήψη ψυχολογικής υποστήριξης. Οι αναφορές αυτές δείχνουν ότι η ανθεκτικότητα δεν αποτελεί ατομικό χαρακτηριστικό αλλά χτίζεται μέσα σε πλαίσια σχέσεων και δικτύων υποστήριξης (Walsh, 2003). Η βαρύτητα που απέδωσαν στις συντροφικές σχέσεις ή στις φιλίες αναδεικνύει τη σημασία της κοινωνικής συνοχής για την αίσθηση του ανήκειν και της σταθερότητας. Παράλληλα, οι αναφορές στην εκπαίδευση και την εργασία καταδεικνύουν πώς οι γυναίκες αντλούν νόημα και δύναμη από τη δυνατότητα να διεκδικούν στόχους έξω από τον οικιακό και συζυγικό χώρο, επανατοποθετώντας τον εαυτό τους σε ένα πλαίσιο αυτοπραγμάτωσης.

Στα χαμηλά σημεία, κυρίαρχη θέση είχαν οι εμπειρίες απώλειας, ασθένειας, οικογενειακής δυσλειτουργίας, κατάθλιψης, αλλά και βίας. Οι ιστορίες που μοιράστηκαν ανέδειξαν πώς η έμφυλη βία διαπερνά την ζωή ενός θύματος, άλλοτε ως τραύμα παιδικής ηλικίας, άλλοτε στην μορφή μιας κακοποιητικής συντροφικής σχέσης και άλλοτε ως ένα μακρόχρονο μοτίβο ελέγχου. Η αναφορά πολλών γυναικών στο ότι δεν θέλουν καν να «σημειώσουν» τα επεισόδια βίας στη γραμμή της ζωής τους καταδεικνύει την εσωτερική σύγκρουση απέναντι στη μνήμη του τραύματος. Όπως τονίζει η Herman (1992), η εμπειρία της βίας συχνά διαχωρίζεται από τη βιογραφική αφήγηση, καθώς το τραύμα είναι δύσκολο να ενσωματωθεί σε μια συνεκτική ιστορία ζωής. Η παρουσία, όμως, της βίας στις αφηγήσεις τους, φανέρωσε ότι η ζωή πολλών συμμετεχουσών χωρίζεται σε «πριν» και «μετά» από τις κακοποιητικές σχέσεις, μια τομή που δείχνει πώς η έμφυλη βία γίνεται κομβικό γεγονός της ταυτότητας.

Σημαντικό στοιχείο της ανάλυσης αποτέλεσαν οι στρατηγικές με τις οποίες οι γυναίκες μετακινούνται από τα χαμηλά σημεία σε ψηλότερα. Για άλλες, ήταν η παρουσία παιδιών ή μελών της οικογένειας, για άλλες οι φίλες ή οι συνάδελφοι, ενώ κεντρικό ρόλο είχαν επίσης η ψυχοθεραπεία, η πίστη και η εκπαίδευση. Το στοιχείο αυτό φέρνει στο προσκήνιο την έννοια της «ενδυνάμωσης», όπως αναπτύσσεται στη φεμινιστική θεωρία: η δύναμη δεν είναι ατομική κατάκτηση αλλά αναδύεται μέσα από σχέσεις, θεσμούς και κοινότητες που αναγνωρίζουν τη γυναίκα ως ενεργό υποκείμενο (Kabeer, 1999). Η αναφορά στις σπουδές και την εργασία ως μοχλούς υπέρβασης δείχνει πώς η πρόσβαση σε κοινωνικούς πόρους επιτρέπει τη μετατροπή του βιώματος της θυματοποίησης σε εμπειρία δράσης και εξέλιξης.

Η γραμμή ζωής λειτουργεί, συνεπώς, ως άξονας συνέχειας των προηγούμενων χαρτών. Μέσα από τη γραμμή, οι γυναίκες ανέδειξαν όχι μόνο τα τραύματα αλλά και την ικανότητά τους να επιβιώνουν, να αναστοχάζονται και να αναδομούν την ταυτότητά τους σε ένα συνεχές μεταξύ πόνου και ανθεκτικότητας.

Το χαμηλό σημείο στις αφηγήσεις των γυναικών αναδύεται ως ιδιαίτερα επιβαρυντικό για το σώμα και τα συναισθήματά τους. Από την ανάλυση προκύπτει ότι τα συναισθήματα που αναφέρθηκαν συχνότερα ήταν η ενοχή, η απογοήτευση, η αποξένωση, η αγωνία, ο θυμός και η μοναξιά, συνοδευόμενα από σωματικές εκδηλώσεις όπως η ταχυκαρδία, το βάρος στο στήθος, οι πονοκέφαλοι και η κόπωση. Αυτά τα βιώματα αντικατοπτρίζουν τον τρόπο με τον οποίο η βία αποδιοργανώνει ταυτόχρονα τον ψυχικό και τον σωματικό κόσμο, δημιουργώντας ένα αίσθημα αδυναμίας και ακινητοποίησης.

Ωστόσο, το χαμηλό σημείο δεν νοηματοδοτήθηκε αποκλειστικά ως απώλεια. Για ορισμένες γυναίκες αποτέλεσε εφαλτήριο αυτογνωσίας και μετασχηματισμού. Η εμπειρία, αν και επώδυνη, μετουσιώθηκε εκ των υστέρων σε μάθημα ζωής και σε αφετηρία για την αναγνώριση ορίων, την καλλιέργεια της ανθεκτικότητας και την ανάδυση μιας νέας σχέσης με τον εαυτό. Η διεθνής βιβλιογραφία έχει καταδείξει ότι σε συνθήκες μετατραυματικής εμπειρίας μπορεί να εμφανιστεί αυτό που ονομάζεται μετατραυματική ανάπτυξη, δηλαδή η αίσθηση ότι μέσα από το τραύμα αναδύονται νέες δυνατότητες, βαθύτερες σχέσεις και μια διαφορετική εκτίμηση της ζωής (Calhoun & Tedeschi, 2014). Πρόσφατες μελέτες έχουν δείξει ότι οι γυναίκες που έχουν εξέλθει από σχέσεις έμφυλης βίας συχνά αναγνωρίζουν το χαμηλό σημείο όχι μόνο ως τραυματική κορύφωση, αλλά και ως κομβική στιγμή που κινητοποίησε την προσωπική τους ανθεκτικότητα (Anderson et al., 2012· Shakespeare-Finch & Armstrong, 2010).

Παρατηρήθηκε ότι συναισθήματα όπως η χαρά, η περηφάνεια, η διασκέδαση ή η αγάπη αναφέρθηκαν πολύ λιγότερο και συνδέθηκαν με συγκεκριμένες στιγμές ανακούφισης ή στήριξης, όπως η παρουσία αγαπημένων προσώπων ή η γέννηση ενός παιδιού. Το γεγονός ότι τα θετικά συναισθήματα εμφανίζονται σπανιότερα μπορεί να εξηγηθεί από την τάση του τραύματος να «καταλαμβάνει» τον ψυχικό χώρο και να εντυπώνεται ισχυρότερα στη μνήμη, επισκιάζοντας τις φωτεινές πλευρές της εμπειρίας (Berntsen & Rubin, 2002). Ωστόσο, η παρουσία τους, έστω και σε μικρότερο βαθμό, είναι εξαιρετικά σημαντική: λειτουργεί ως ένδειξη ότι ακόμη και μέσα στην πιο σκοτεινή περίοδο υπήρχαν στιγμές αντοχής, σχέσεων και ελπίδας, που έδωσαν στις γυναίκες ένα έρεισμα για να προχωρήσουν. Αυτή η ανάδυση θετικών συναισθημάτων ενισχύει την προοπτική της μετατραυματικής ανάπτυξης, καθώς δείχνει ότι η εμπειρία του τραύματος δεν είναι ποτέ απόλυτα ομοιογενής, αλλά περιέχει και στιγμές αντίστασης και νοήματος που μπορούν να καλλιεργηθούν στη διαδικασία της απομάκρυνσης από το κακοποιητικό περιβάλλον και της ανάρρωσης (Calhoun & Tedeschi, 2014).

Η ανανοηματοδότηση της εμπειρίας της έμφυλης βίας είναι ιδιαίτερα σημαντική. Μέσα από την αφήγηση, οι γυναίκες ανακατασκευάζουν το χαμηλό σημείο, αποδίδοντας σε αυτό νέες σημασίες. Το γεγονός ότι τους ζητήθηκε να ταξινομήσουν και να ονοματίσουν τις κάρτες με συναισθήματα και σωματικά συμπτώματα ανέδειξε αυτή την ενεργητική διαδικασία αναστοχασμού: άλλες το ονόμασαν «μαύρη περίοδο», άλλες «εποχή τρόμου», ενώ δεν έλειψαν και οι συμβολισμοί που έδειχναν την ανάδυση φωτός μέσα στο σκοτάδι. Η βιβλιογραφία δείχνει ότι η αφηγηματική επεξεργασία του τραύματος και η ένταξή του σε μια συνεκτική ιστορία συμβάλλει ουσιαστικά στη μείωση των συμπτωμάτων και στη δημιουργία ενός νοήματος που επιτρέπει την επανένταξη της εμπειρίας στη ζωή του ατόμου (Park, 2010).

Ταυτόχρονα, το χαμηλό σημείο δεν ήταν μόνο προσωπική υπόθεση αλλά και κοινωνική εμπειρία. Για κάποιες γυναίκες, η βία και οι συνέπειές της αντήχησαν στο οικογενειακό και φιλικό τους περιβάλλον, δημιουργώντας ανησυχία, φόβο ή θλίψη σε σημαντικά πρόσωπα. Για άλλες, ωστόσο, παρέμεινε μια μοναχική διαδρομή, χωρίς χώρο για συζήτηση ή συλλογική κατανόηση. Η διάσταση αυτή δείχνει πώς το χαμηλό σημείο μπορεί να λειτουργήσει είτε ως βίωμα απομόνωσης είτε ως εμπειρία που ενεργοποιεί ένα πλέγμα σχέσεων, κάτι που συνδέεται και με ευρήματα της έρευνας για τη σημασία των κοινωνικών δικτύων στην ανθεκτικότητα (Goodman et al., 2016).

Από το χαμηλό σημείο ξεκινά συχνά μια διαδικασία μετασχηματισμού. Οι γυναίκες μίλησαν για τις δράσεις που τις βοήθησαν να αναδυθούν: η στήριξη από αγαπημένα πρόσωπα και ειδικούς, η εκπαίδευση και η εργασία, η πίστη, η απομάκρυνση από το κακοποιητικό περιβάλλον. Αυτές οι στρατηγικές συνδέονται με ευρήματα μελετών που δείχνουν ότι η πρόσβαση σε πόρους, η επαγγελματική στήριξη και η ενεργητική ανάληψη δράσης διευκολύνουν την έξοδο από την κακοποίηση και την οικοδόμηση μιας νέας ζωής (Sullivan & Olsen, 2016· Johnson et al., 2011).

Η διαδικασία ολοκληρώθηκε με τη διατύπωση συμβουλών προς άλλες γυναίκες που βρίσκονται σε αντίστοιχη θέση. Οι φράσεις «φύγε χθες», «πίστεψε στον εαυτό σου» ή «μη φοβάσαι να μιλήσεις» δείχνουν πώς το χαμηλό σημείο, αφού βιώθηκε και επεξεργάστηκε, μετατράπηκε σε συλλογική γνώση. Το τραύμα έτσι παύει να είναι σιωπηλή εμπειρία και γίνεται λόγος που μπορεί να στηρίξει άλλες γυναίκες, επιβεβαιώνοντας ότι η νοηματοδότηση του χαμηλού σημείου δεν είναι μόνο προσωπικά, αλλά και κοινωνικά σημαντική.

Συνολικά, το χαμηλό σημείο αναδύεται ως ένα μέρος της συνέντευξης κατά το οποίο οι συμμετέχουσες αποδίδουν πολλά νοήματα στο βίωμά τους: είναι η κορύφωση της οδύνης, η περίοδος της ακινητοποίησης και της απώλειας, αλλά ταυτόχρονα το έναυσμα μιας νέας αφήγησης της κακοποιητικής εμπειρίας.

Η περίοδος της βίας, όπως περιγράφηκε από τις συμμετέχουσες, αναδεικνύει τον πολυεπίπεδο χαρακτήρα της έμφυλης κακοποίησης. Η σωματική, ψυχολογική, σεξουαλική και οικονομική βία δεν λειτουργούν απομονωμένα, αλλά συνυφαίνονται σε ένα πλέγμα ελέγχου και καταπίεσης που διαπερνά την καθημερινότητα των γυναικών. Η εμπειρία τους δείχνει ότι η έμφυλη βία δεν συνιστά μεμονωμένα επεισόδια, αλλά ένα συνεχές, το οποίο εδράζεται σε πατριαρχικές σχέσεις εξουσίας (Kelly, 1988· Dobash & Dobash, 2003).

Η αφήγησή τους αναδεικνύει επίσης τον λεγόμενο «κύκλο της βίας», όπως περιγράφεται κλασικά από τη Walker (1984) και επιβεβαιώνεται από νεότερες μελέτες. Οι στιγμές έντασης, οι εκρήξεις βίας και οι φάσεις μετάνοιας συνθέτουν μια κυκλική διαδικασία, που τροφοδοτεί την ψευδαίσθηση αλλαγής και καθηλώνει τις γυναίκες στη σχέση (Ali & Naylor, 2013a·2013b). Αυτό το μοτίβο φάνηκε έντονα στις συνεντεύξεις, όπου οι επιζήσασες περιέγραψαν επαναλαμβανόμενες υποσχέσεις μεταμέλειας, δώρα και προσωρινές βελτιώσεις συμπεριφοράς, οι οποίες γρήγορα κατέρρεαν. Έτσι, ο θύτης παρουσιάζεται, όχι μόνο ως φορέας της βίας, αλλά και ως ο βασικός ρυθμιστής της

σχέσης, που διατηρεί την εξουσία μέσω της εναλλαγής τρόμου και ψευδούς φροντίδας (Ali & Naylor, 2013a·2013b).

Ιδιαίτερα σημαντική είναι και η επίδραση στα παιδιά, τα οποία είτε γίνονται μάρτυρες, είτε στόχοι της βίας. Οι μαρτυρίες καταδεικνύουν τη διαγενεακή διάσταση της έμφυλης κακοποίησης, καθώς η εμπειρία του φόβου και της έκθεσης σε βίαιες σκηνές έχει αποδεδειγμένα σοβαρές συνέπειες στην ψυχοκοινωνική ανάπτυξη (Callaghan et al., 2015· Holt, 2008). Το γεγονός ότι ορισμένα παιδιά παρενέβησαν ενεργά για να προστατεύσουν τις μητέρες τους υπογραμμίζει το βάρος που μεταφέρεται στις νεότερες γενιές.

Παρά τις αντιξοότητες, οι γυναίκες ανέδειξαν και πρακτικές αντίστασης. Ο σχεδιασμός στρατηγικών διαφυγής, η επιδίωξη οικονομικής ανεξαρτησίας, η άρνηση συμμόρφωσης σε απαιτήσεις παραίτησης από εργασία, αλλά και η ενεργοποίηση επαγγελματικών δικτύων φροντίδας, δείχνουν ότι η επιβίωση δεν είναι μια παθητική διαδικασία αλλά ένας ενεργός αγώνας (Stark, 2009). Η επιμονή τους να χαράξουν δρόμο απελευθέρωσης, ακόμη και μετά από πολλαπλές αποτυχημένες προσπάθειες, φωτίζει την ανθεκτικότητα που εκδηλώνεται σε συνθήκες έμφυλης καταπίεσης.

Η εμπειρία τους με θεσμούς και υπηρεσίες φέρνει στο φως την πρόκληση της δευτερογενούς θυματοποίησης. Οι αντιφατικές στάσεις της αστυνομίας ή των κοινωνικών λειτουργών, από την αδιαφορία έως την αποθάρρυνση καταγγελιών, αποκαλύπτουν τα όρια του συστήματος στήριξης και τη βαθιά ριζωμένη κουλτούρα ανοχής απέναντι στη βία (Papadakaki et al., 2012· Sanz-Barbero et al., 2019). Οι αναφορές σε αδιαφορία ή ακόμη και σε μετατόπιση ευθυνών προς τις ίδιες τις γυναίκες ενισχύουν την αίσθηση απομόνωσης και καθιστούν ακόμη δυσκολότερη τη διαδικασία απεμπλοκής.

Από την άλλη, οι αφηγήσεις για τον θύτη ενισχύουν την δυνατότητα δημιουργίας μιας πιο ολοκληρωμένης εικόνας γύρω από το φαινόμενο της έμφυλης βίας. Η χρήση ουσιών, η εξάρτηση από το αλκοόλ ή τον τζόγο, η παραβατικότητα και η επιθετικότητα απέναντι σε τρίτους συνθέτουν ένα προφίλ που δεν περιορίζεται στην ιδιωτική σφαίρα αλλά επεκτείνεται στον κοινωνικό χώρο. Παράλληλα, το οικογενειακό τους υπόβαθρο -όπου η βία, οι εξαρτήσεις και η καταπίεση εμφανίζονταν ήδη από την παιδική τους ηλικία- αναδεικνύει τον φαύλο κύκλο της διαγενεακής μετάδοσης της βίας (Widom, 2015· Bellis et al., 2017). Ωστόσο, η αναγωγή σε ατομικές παθογένειες δεν αρκεί για να εξηγήσει την κακοποιητική συμπεριφορά· οι θύτες ενσαρκώνουν

ευρύτερα πρότυπα πατριαρχικού ανδρισμού, τα οποία ενισχύονται από κοινωνικές και πολιτισμικές δομές (Messerschmidt, 2018).

Εξίσου χαρακτηριστική είναι η κανονικοποίηση της βίας από τους ίδιους. Οι φράσεις «δεν σε έδερνα και κάθε μέρα» ή «στο βωμό της αγάπης» φανερώνουν μια βαθιά εσωτερίκευση της αντίληψης ότι η κακοποίηση μπορεί να είναι ανεκτή ή ακόμα και δικαιολογημένη. Αυτή η αδυναμία αναγνώρισης της βίας ως προβληματικής συνδέεται με το θεωρητικό πλαίσιο του εξαναγκαστικού ελέγχου, το οποίο περιγράφει τη βία όχι ως στιγμιαία έκρηξη αλλά ως μια συστηματική στρατηγική εξουσίας (Stark, 2009).

Η κοινωνική ανοχή παίζει καθοριστικό ρόλο στην αναπαραγωγή αυτών των συμπεριφορών. Το γεγονός ότι συγγενείς ή μέλη του περίγυρου γνώριζαν αλλά δεν μίλησαν, δείχνει τη συνενοχή του κοινωνικού πλαισίου στη διαιώνιση της βίας (Hagemann-White, 2001). Η σιωπή αυτή δεν είναι ουδέτερη· λειτουργεί ως προστατευτικό πλέγμα για τον θύτη και ως εμπόδιο για την επιζήσασα.

Η συμπεριφορά και η αντίληψη της ίδιας για την βία αναδύεται μέσα από τις αφηγήσεις ως σύνθετη και πολυεπίπεδη καθώς, από τη μία, φέρει τα τραύματα της κακοποίησης αλλά, την ίδια στιγμή, αναζητά τρόπους για να ορίσει ξανά τον εαυτό της. Οι περιγραφές των γυναικών φανερώνουν το βάρος που αφήνει η κακοποίηση στο σώμα και στην ψυχή: απώλεια βάρους, σωματικοί πόνοι, αϋπνίες, ψυχική εξάντληση και χρήση ουσιών συνθέτουν την εικόνα ενός τραυματισμένου οργανισμού. Έτσι, όπως το σώμα μετατρέπεται έτσι σε τόπο μνήμης και μαρτυρίας, φέρει την ιστορία της βίας και εκφράζει αυτό που συχνά δεν μπορεί να ειπωθεί με λόγια (Herman, 1992).

Ωστόσο, η εμπειρία της επιζήσασας δεν περιορίζεται στην υλικότητα του πόνου. Οι γυναίκες περιγράφουν μια βαθιά υπαρξιακή δοκιμασία, όπου κυριαρχούν η ενοχή, η ντροπή και η αμφισβήτηση του ίδιου του εαυτού. Η αδυναμία να αναγνωρίσουν άμεσα τις πράξεις ως βία, αλλά και οι κοινωνικές πιέσεις που τις οδηγούν σε σιωπή, υπογραμμίζουν πόσο βαθιά εσωτερικεύεται η πατριαρχική αφήγηση. Η δευτερογενής θυματοποίηση -είτε μέσα από σχόλια του κοινωνικού περίγυρου, είτε μέσα από ανεπαρκείς θεσμικές αντιδράσεις- ενισχύει αυτό το αίσθημα απομόνωσης και δυσκολεύει τη διαδικασία νοηματοδότησης της εμπειρίας (Sanz-Barbero et al., 2019).

Παρά τον πόνο και την αμφιθυμία, οι αφηγήσεις φωτίζουν επίσης μια πορεία μετασχηματισμού. Οι γυναίκες μιλούν για τη σταδιακή συνειδητοποίηση των ορίων τους, για την αναζήτηση βοήθειας, για την προσπάθεια να ξαναβρούν τον έλεγχο της

ζωής τους. Κάποιες αναγνωρίζουν ότι έχουν γίνει πιο δυνατές, ότι έχουν αποκτήσει φωνή και ότι η εμπειρία, όσο σκληρή κι αν ήταν, τις οδήγησε σε μια νέα μορφή αυτογνωσίας. Αυτό συνδέεται με φεμινιστικές προσεγγίσεις που υπογραμμίζουν πως η επιβίωση δεν είναι μόνο μια παθητική διαδικασία, αλλά μια ενεργή μορφή αντίστασης και αναδόμησης της υποκειμενικότητας (Westmarland & Kelly, 2012).

Η επιζήσασα, επομένως, δεν μπορεί να ιδωθεί μονοδιάστατα ως «θύμα»· είναι μια ταυτότητα σε κίνηση, που διαπραγματεύεται συνεχώς με το τραύμα και την ανθεκτικότητα. Μέσα από αυτή τη διαδρομή, αναδεικνύεται όχι μόνο η σκληρότητα της έμφυλης βίας, αλλά και η ικανότητα των γυναικών να επαναδιεκδικήσουν την αξιοπρέπεια, το σώμα και τη φωνή τους. Η εμπειρία τους προσφέρει πολύτιμη γνώση για το πώς η κοινωνία μπορεί να σταθεί αρωγός, όχι απλώς αποτρέποντας τον κύκλο της βίας, αλλά δημιουργώντας τις προϋποθέσεις για μια ζωή που δεν θα ορίζεται από το τραύμα, αλλά από τη δυνατότητα της ελευθερίας.

Η ανάλυση της περιόδου της κακοποίησης, έτσι, αποδεικνύει ότι η έμφυλη βία δεν μπορεί να μελετηθεί ως πολλά, διαφορετικά, μεμονωμένα περιστατικά. Είναι αποτέλεσμα αλληλεπίδρασης ατομικών, οικογενειακών και κοινωνικών παραγόντων, οι οποίοι συνυφαίνονται μέσα στο πατριαρχικό πλαίσιο. Οι αφηγήσεις των γυναικών δεν φωτίζουν μόνο τον πόνο, τον φόβο και την αποδυνάμωση, αλλά και τους μηχανισμούς που παράγουν και συντηρούν τη βία. Η κατανόηση αυτών των μηχανισμών είναι απαραίτητη όχι μόνο για την ακαδημαϊκή ανάλυση, αλλά και για την ανάπτυξη πολιτικών και παρεμβάσεων που θα σπάνε τον κύκλο της κακοποίησης και θα έχουν στο επίκεντρό τους την ίδια την γυναίκα, την ιστορία της και τη φωνή της.

2. Συμπεράσματα

Η παρούσα πτυχιακή εργασία ανέδειξε τη σημασία της ποιοτικής μεθοδολογίας για τη μελέτη της έμφυλης βίας. Μέσα από την εμβάθυνση που επιτρέπει η ποιοτική έρευνα, έγινε δυνατό να αναδειχθούν οι πολλαπλές πτυχές της εμπειρίας των γυναικών, φωτίζοντας όχι μόνο τα γεγονότα αλλά και τις συνέπειες τους στο σώμα, στα συναισθήματα, στις κοινωνικές σχέσεις και στην καθημερινότητα των γυναικών. Η βία αποκαλύφθηκε ως μια εμπειρία σύνθετη και πολυδιάστατη, που δεν μπορεί να αποτυπωθεί πλήρως μέσα από αριθμούς ή γενικεύσεις, αλλά απαιτεί την κατανόηση των βιωμάτων και της φωνής των ίδιων των επιζωσών.

Η επιλογή της αφηγηματικής συνέντευξης αποδείχθηκε ιδιαίτερα εποικοδομητική για τον σκοπό αυτό. Τοποθέτησε τη γυναίκα στο επίκεντρο της

ερευνητικής διαδικασίας, επιτρέποντάς της να αναλάβει τον ρόλο της αφηγήτριας και να ορίσει η ίδια τι είναι σημαντικό να ειπωθεί. Με αυτόν τον τρόπο, η αφήγηση δεν αποτέλεσε μόνο πηγή δεδομένων αλλά και χώρο όπου οι γυναίκες μπόρεσαν να αναστοχαστούν, να επεξεργαστούν τις εμπειρίες τους και να τις εκφράσουν με τον δικό τους τρόπο.

Η έμφυλη βία αναδείχθηκε ως φαινόμενο που δεν περιορίζεται σε μεμονωμένα περιστατικά αλλά διατρέχει το σύνολο της ζωής των γυναικών. Η ανάλυση έδειξε ότι το βίωμα της βίας εγγράφεται στο σώμα, διαμορφώνει συναισθήματα, επηρεάζει τις κοινωνικές σχέσεις και καθορίζει κομβικές στιγμές της ζωής. Η έρευνα έδωσε έτσι μια ολιστική κατανόηση, που επιτρέπει να ιδωθεί το φαινόμενο στην πληρότητά του, ενώ παράλληλα πρόσφερε στις ίδιες τις γυναίκες την ευκαιρία να μιλήσουν για όσα έζησαν και να ακουστούν.

Ένα από τα πιο σημαντικά συμπεράσματα είναι ότι οι ίδιες οι γυναίκες δεν είναι απλώς αντικείμενα μελέτης. Είναι σημαντικό να είναι οι πρωταγωνίστριες τόσο στη διαδικασία της έρευνας όσο και στη διαμόρφωση στρατηγικών για την αντιμετώπιση του φαινομένου. Η συμμετοχή τους αποτελεί πυλώνα ενδυνάμωσης, αναγνώρισης και δημιουργίας γνώσης, ανοίγοντας τον δρόμο για παρεμβάσεις που θα σχεδιάζονται *με* εκείνες και *για* εκείνες.

Ωστόσο, αναγνωρίζεται ότι η έρευνα είχε και τους περιορισμούς της. Το μικρό δείγμα και το συγκεκριμένο κοινωνικό πλαίσιο μέσα στο οποίο διεξήχθη δεν επιτρέπουν γενικεύσεις. Παρόλα αυτά, η αξία της έγκειται στην εμβάθυνση, στην αποκάλυψη νοημάτων και στη συμβολή της στη συνεχιζόμενη συζήτηση γύρω από την έμφυλη βία.

Συνολικά, η εργασία κατέδειξε ότι η ποιοτική, αφηγηματική προσέγγιση αποτελεί ένα ισχυρό εργαλείο όχι μόνο για την κατανόηση της έμφυλης βίας αλλά και για τη δημιουργία χώρων όπου οι γυναίκες αναγνωρίζονται, ενδυναμώνονται και συμβάλλουν στη χάραξη νέων δρόμων για μια κοινωνία απαλλαγμένη από την έμφυλη βία.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ahmed, S. (2017). *Living a Feminist Life.* Duke University Press. https://doi.org/10.1215/9780822373377

Ahrens, C., E., & Aldana E. 2012. The Ties That Bind: Understanding the Impact of Sexual Assault Disclosure on Survivors' Relationships with Friends, Family, and Partners. *Journal of Trauma & Dissociation, 13*(2), 226-243. https://doi.org/10.1080/15299732.2012.642738

Ali, P. A., & Naylor, P. B. (2013). Intimate partner violence: A narrative review of the biological and psychological explanations for its causation. *Aggression and Violent Behavior, 18*(3), 373–382. https://doi.org/10.1016/j.avb.2013.01.003

Ali, P. A., & Naylor, P. B. (2013). Intimate partner violence: A narrative review of the feminist, social and ecological explanations for its causation. *Aggression and Violent Behavior, 18*(6), 611–619. https://doi.org/10.1016/j.avb.2013.07.009

American Psychiatric Association. (2013) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*™ (5th ed.). American Psychiatric Publishing. https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596

American Psychiatric Association. (2013) *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*™ (5th ed.). American Psychiatric Publishing. https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596

American Psychological Association (2025). APA Clinical Practice Guideline for the Treatment of Posttraumatic Stress Disorder (PTSD) in Adults. https://www.apa.org/about/policy/guideline-ptsd-in-adults.pdf

Anderson, K. M., Renner, L. M., & Danis, F. S. (2012). Recovery: Resilience and growth in the aftermath of domestic violence. *Violence Against Women, 18*(11), 1279–1299. https://doi.org/10.1177/1077801212470543

Applin, S., Simpson, J. M., Curtis, A. (2023). Men have gender and women are people: A structural approach to gender and violence. *Violence Against Women. 29*(5), 1097-1118. https://doi.org/10.1177/10778012221104844

Arnault, D. S., & Shimabukuro, S. (2011). The Clinical Ethnographic Interview: A user-friendly guide to the cultural formulation of distress and help seeking. *Transcultural Psychiatry*, *49*(2), 302–322. https://doi.org/10.1177/1363461511425877

Arnault, D. S., (2017). The Use of the Clinical Ethnographic Narrative Interview to Understand and Support Help Seeking After Gender-Based Violence. *TPM Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology, 24*(3), 423-436. doi: 10.4473/TPM24.3.8

Baker, D. E., Hill, M., Chamberlain, K., Hurd, L., Karlsson, M., Zielinski, M., Calvert, M., & Bridges, A. J. (2021). Interpersonal vs. Non-Interpersonal cumulative traumas and psychiatric symptoms in treatment-seeking incarcerated women. *Journal of Trauma and Dissociation, 22(3),* 249–264.

Bartky, S. L. (2015). *Femininity and Domination.* Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203825259

Beck, A. T. (2002). Prisoners of hate. *Behaviour Research and Therapy, 40*(3), 209-216. https://doi.org/10.1016/s0005-7967(01)00103-6

Bellis, M. A., Hardcastle, K., Ford, K., Hughes, K., Ashton, K., Quigg, Z., & Butler, N. (2017). Does continuous trusted adult support in childhood impart life-course resilience against adverse childhood experiences - a retrospective study on adult health-harming behaviours and mental well-being. *BMC Psychiatry, 17*(1). https://doi.org/10.1186/s12888-017-1260-z

Berg, M. T., Rogers, E. M., Rochford, H. (2024). Perpetrator characteristics and firearm use in pediatric homicides: Supplementary Homicide Reports – United States, 1976 to 2020. *Injury Epidemiology, 11*(1). https://doi.org/10.1186/s40621-024-00518-0

Berntsen, D., & Rubin, D. C. (2002). Emotionally charged autobiographical memories across the life span: The recall of happy, sad, traumatic and involuntary memories. *Psychology and Aging, 17*(4), 636–652. https://doi.org/10.1037/0882-7974.17.4.636

Bourdieu, P. (1986). The forms of capital. *Handbook of Theory and Research for the Sociology of Education* (pp. 241–258). Greenwood.

Bourdieu, P. (2001). *Masculine Domination*. Stanford University Press.

Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analisys in phychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77-101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Brown, S. J., Mensah, F., Giallo, R., Woolhouse, H., Hegarty, K., Nicholson, J. M., & Gartland, D. (2020). Intimate partner vio lence and maternal mental health ten years after a first birth: An Australian prospective cohort study of first-time mothers. *Journal of Affective Disorders, 262*, 247–257.

Bruner, J. (1990). *Acts of Meaning*. Harvard University Press.

Butler, J. (1993). *Bodies That Matter: On the Discursive Limits of "Sex".* Routledge.

Butler, J. (2011). Gender Trouble. Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203824979

Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2014). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Routledge.

Callaghan, J. E. M., Alexander, J. H., Sixsmith, J., & Fellin, L. C. (2015). Beyond "Witnessing": Children's Experiences of Coercive Control in Domestic Violence and Abuse. *Journal of Interpersonal Violence, 33*(10), 1551–1581. https://doi.org/10.1177/0886260515618946

Campbell, R. (2003). Why the "don't ask, don't tell" policy is a barrier to screening for intimate partner violence. *Journal of Interpersonal Violence, 18*(2), 150–157.

Choi, A. W. M., Lo, B. C. Y., Wong, J. Y. H., Lo, R. T. F., Chau, P. C. W., Wong, J. K. S., Lau, C. L. L., Kam, C. W. K. (2019). Clinical heterosexual intimate partner violence victims with escalating injury severity. *Journal of International Violence. 36*(17-18), 1-21. https://doi.org/10.1177/0886260519850539

Council of Europe. (2008). Combating violence against women: minimum standards for support services.

Council of Europe. (2011). *Council of Europe Convention on preventing and combating violence against women and domestic violence*. https://www.coe.int/en/web/istanbul-convention

Council of Europe. (2019). *Gender matters: A manual on addressing gender-based violence affecting young people*. (2nd ed.). Council of Europe Publishing. https://rm.coe.int/1680706c9c

Crawford, R. (1980). Healthism and the Medicalization of Everyday Life. *International Journal of Health Services, 10*(3), 365–388. https://doi.org/10.2190/3h2h-3xjn-3kay-g9ny

de Píñar-Prats, A., & Pérez-Marfil, M., N. (2024). Gender-based violence and its long-term impact on women's mental health in Andalusia (Spain): risk and protective factors. *Journal of Gender-Based Violence, 8*(2), 162–178. https://doi.org/10.1332/23986808y2024d000000021

Debrie, A., E. (2018). *The Effects of Gender-Based Violence on the Socio-economic Status of Women in Ghana.* [Dissertation, University of Ghana]. http://ugspace.ug.edu.gh/handle/123456789/27398

Delphy, C. (1984). *Close to Home: A Materialist Analysis of Women's Oppression*. Hutchinson.

Department of Justice Canada. (2024). *Criminal Code provisions relevant to family violence*. https://www.justice.gc.ca/eng/cj-jp/fv-vf/law-loi.html

Dobash, R. E., & Dobash, R. P. (1992). *Women, Violence and Social Change*. Routledge.

Dobash, R. E., & Dobash, R. P. (2003). *Women, Violence and Social Change.* Routledge. https://doi.org/10.4324/9780203450734

Dutton, D. G., & Corvo, K. (2006). Transforming a flawed policy: A call to revive psychology and science in domestic violence research and practice. *Aggression and Violent Behavior, 11*(5), 457–483. https://doi.org/10.1016/j.avb.2006.01.007

Dutton, D. G., & Corvo, K. (2007). The Duluth model: A data-impervious paradigm and a failed strategy. *Aggression and Violent Behavior, 12*(6), 658–667. https://doi.org/10.1016/j.avb.2007.03.002

Echeburúa, E., Fernández-Montalvo, J., Pedro, J. A. (2003). Psychopathological Profile of Men Convicted of Gender Violence: A Study in the Prisons of Spain. *Journal of International Violence, 18*(7), 798-812. https://doi.org/10.1177/0886260503253300

EMDR Hellas. (χ.χ.). Τι είναι το EMDR;. Ανακτήθηκε 10 Σεπτεμβρίου 2025, από Τι είναι το EMDR – EMDR-Hellas

Erbes, C. R., Stillman, J. R., Wieling, E., Bera, W., & Leskela, J. (2014). A Pilot Examination of the Use of Narrative Therapy With Individuals Diagnosed With PTSD. *Journal of Traumatic Stress, 27(6)*, 730–733. Portico. https://doi.org/10.1002/jts.21966

European Institute for Gender Equality (EIGE). (2022). *Gender-based violence: Victims' support services in the EU*. https://eige.europa.eu

European Institute for Gender Equality. (2024). *Spain: Intimate partner violence*. European Institute for Gender Equality. https://eige.europa.eu/gender-based-violence/regulatory-and-legal-framework/legal-definitions-in-the-eu/spain-intimate-partner-violence

Fawole, O., I. (2008). Economic Violence to Women and Girls: Is It Receiving The Necessary Attention? *Trauma, Violence, & Abuse, 9*(3), 167-177. https://doi.org/10.1177/1524838008319255

Federici, S. (2012). *Revolution at Point Zero: Housework, Reproduction, and Feminist Struggle*. PM Press.

Fonagy, P. (1999). Male Perpetrators of Violence Against Women: An Attachment Theory Perspective. *Journal of Applied Psychoanalytic Studies 1*(1), 7-27. https://doi.org/10.1023/a:1023074023087

Fraser, N. (2016). *Fortunes of Feminism*. Verso.

Gergen, K. J., & Gergen, M. M. (1986). Narrative form and the construction of psychological science. In T. R. Sarbin (Ed.), *Narrative psychology: The storied nature of human conduct* (pp. 22–44). Praeger Publishers/Greenwood Publishing Group.

Godwin G., University of Texas at El Paso, gudo@utep.edu Kallol K.,

Gondolf, E. W. (2007). Theoretical and research support for the Duluth Model: A reply to dutton and corvo. *Aggression and Violent Behavior, 12*(6), 644–657. https://doi.org/10.1016/j.avb.2007.03.001

Goodman, L. A., Smyth, K. F., Borges, A. M., & Singer, R. (2016). When crises collide: How intimate partner violence and poverty intersect to shape women's mental health and coping? *Trauma, Violence, & Abuse, 17*(5), 1–15.

Goodman, L., Dutton, M. A., Vankos, N., & Weinfurt, K. (2005). Women's Resources and Use of Strategies as Risk and Protective Factors for Reabuse Over Time. *Violence Against Women, 11*(3), 311–336. https://doi.org/10.1177/1077801204273297

Government of Canada. (2022). *National Action Plan to End Gender-Based Violence*. Women and Gender Equality Canada. https://www.canada.ca/en/women-gender-equality/gender-based-violence/intergovernmental-collaboration/national-action-plan-end-gender-based-violence.html

Granovetter, M. S. (1973). The strength of weak ties. *American Journal of Sociology, 78*(6), 1360–1380.

Gwinn, C., Strack, G., Adams, S., & Lovelace, R. (2007). The family justice center collaborative model. *Saint Louis University Public Law Review, 27(1)*, 79-120.

Hagemann-White, C. (2001). European Research on the Prevalence of Violence Against Women. *Violence Against Women, 7*(7), 732–759. https://doi.org/10.1177/10778010122182712

Hamzeh, B., Garousi Farshi, M., Laflamme, L. (2008). Opinions about potential causes and triggers of intimate partner violence against women: a population-based study among married men from Kermanshah city, Iran. *International Journal of Injury*

Control and Safety Promotion, 15(4), 253-263. https://doi.org/10.1080/17457300802361523

Herman, J. L. (1992). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence—from Domestic Abuse to Political Terror*. Basic Books.

Herman, K., Rotunda, R., Williamson, G., & Vodanovich, S. (2014). Outcomes From a Duluth Model Batterer Intervention Program at Completion and Long Term Follow-Up. *Journal of Offender Rehabilitation, 53*(1), 1–18. https://doi.org/10.1080/10509674.2013.861316

Hochschild, A. R., & Machung, A. (1989). *The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home*. Viking.

Holt, S., Buckley, H., & Whelan, S. (2008). The impact of exposure to domestic violence on children and young people: A review of the literature. *Child Abuse & Neglect, 32(*8), 797–810. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2008.02.004

Johnson, D. M., Zlotnick, C., & Perez, S. (2011). Cognitive behavioral treatment of PTSD in residents of battered women's shelters: Results of a randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 79*(4), 542–551. https://doi.org/10.1037/a0023822

Jones, L., Hughes, M., & Unterstaller, U. (2001). Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) in Victims of Domestic Violence. *Trauma, Violence, & Abuse*, *2*(2), 99–119. https://doi.org/10.1177/1524838001002002001

Jonhson, H., Ollus, N., Nevala, S. (2008). *Violence against women: An international perspective.* Springer. https://doi.org/10.1007/978-0-387-73204-6

Jonsdottir, S., D., Thordardottir, E., B., Valdimarsdottir U., A., Halldorsdottir, T., Gudnadottir, S. A., Jakobsdottir, J., Runarsdottir, H., Tomasson, G., Aspelund, T., & Hauksdottir, A. 2024. Sexual violence in the workplace and associated health outcomes: a nationwide, cross-sectional analysis of women in Iceland. *The Lancet Public Health, 9*(6), e365-e375. https://doi.org/10.1016/s2468-2667(24)00075-6

Kabeer, N. (1999). Resources, Agency, Achievements: Reflections on the Measurement of Women's Empowerment. *Development and Change, 30*(3), 435–464. https://doi.org/10.1111/1467-7660.00125

Karakasi, M.-V., Nikolaidis, I., Fotou, E., Sapounas, A., Patounas, A., Sakka, S., Ntentopoulos, C., Pavlidis, P., & Voultsos, P. (2024). Emerging Trends in Intimate Partner Rape and Marital/Spousal Rape During the Biennium 2020 and 2021, Including the COVID-19 Pandemic in Greece. *Journal of Interpersonal Violence*, *40*(1-2), 370-396. https://doi.org/10.1177/08862605241247552

Kelly, L. (1988). *Surviving sexual violence*. Polity Press.

Kelmendi, K. (2015). Domestic violence against women in Kosovo: A qualitative study of women's experiences. *Journal of International Violence. 30*(4), 680-702. https://doi.org/10.1177/0886260514535255

Kenyon, K. M., Hiebert-Murphy, D., Ristock, J., & Medved, M. I. (2020). The Process of Empowerment Reflected in Women's Narratives of Their Stay in a Domestic Violence Shelter. *Partner Abuse, 11*(1), 3–21. https://doi.org/10.1891/1946-6560.11.1.3

Kleinman, A. (1988). *The Illness Narratives: Suffering, Healing, and Human Condition*. Basic Books.

Li L., Shen X., Zeng G., Huang H., Chen Z., Yang J., Wang X., Jiang M., Yang S., Zhang Q., Li H. (2023). Sexual violence against women remains problematic and highly prevalent around the world. *BMC Women's Health, 23(1).* https://doi.org/10.1186/s12905-023-02338-8

Li, L., Sun, I. Y., Button, D. M. (2020). Tolerance for intimate partner violence: A comparative study of Chinese and American college students. *Journal of International Violence.* *35*(21-22), 4533-4557. https://doi.org/10.1177/0886260517716941

Martínez-Bacaicoa, J., Henry, N., Mateos-Pérez, E., & Gámez-Guadix, M. (2024). Online gendered violence victimization among adults: Prevalence, predictors and

psychological outcomes. *Psicothema, 36*(3), 247-256. https://doi.org/10.7334/psicothema2023.315

Mas'udah, S., Razali, A., Amala Sholicha, S., M., Febrianto, P., T., Susanti, E., Sutinah, & Budirahayu, T. 2024. Gender-Based Cyber Violence: Forms, Impacts, and Strategies to Protect Women Victims. *Journal of International Women's Studies, 26*(4), 5.

Merscham, C. (2000). Restorying Trauma with Narrative Therapy: Using the Phantom Family. *The Family Journal*, *8*(3), 282-286. https://doi.org/10.1177/1066480700083013

Messerschmidt, J. (2018). *Hegemonic masculinity: Formulation, reformulation, and amplification*. Rowman & Littlefield.

Nationellt centrum för kvinnofrid. (2009). *The development of a national helpline for women subjected to violence*. Uppsala University. https://www.uu.se/download/18.719e0b6018d874d37f11123b/1707750524435/ncknationalhelpline.pdf

Papadakaki, M., Kastrinaki, E., Drakaki, R., & Chliaoutakis, J. (2012). Managing intimate partner violence at the social services department of a Greek university hospital. *Journal of Social Work, 13*(5), 533–549. https://doi.org/10.1177/1468017311435445

Park, C. L. (2010). Making sense of the meaning literature: An integrative review of meaning making and its effects on adjustment to stressful life events. *Psychological Bulletin, 136*(2), 257–301. https://doi.org/10.1037/a0018301

Patterson-Beaumont, K., Daspe, M.-È., Péloquin, K., Godbout, N., Lafontaine, M.-F., Savard, C., & Brassard, A. (2024). Profiles of Intimate Partner Violence and Their Differential Association With Gender Hostility Among Men Seeking Help. *Partner Abuse, 15*(2), 116–136. https://doi.org/10.1891/pa-2023-0004

Pence, E., & Paymar, M. (1993). *Education groups for men who batter: The Duluth model.* Springer Publishing Company.

Putnam, R. D. (2000). *Bowling Alone: The Collapse and Revival of American Community*. Simon & Schuster.

Riessman, C. K. (2008). *Narrative Methods for the Human Sciences*. Sage.

Riessman, C. K., & Quinney, L. (2005). Narrative in Social Work. *Qualitative Social Work, 4*(4), 391–412. https://doi.org/10.1177/1473325005058643

Roberto, K. A., McCann, B. R., Brossoie, N. (2013). Intimate Partner Violence in Late Life: An Analysis of National News Reports. *Journal Of Elder Abuse and Neglect, 25*(3), 230-241. https://doi.org/10.1080/08946566.2012.751825

Romero Gutierrez, L., Izaguirre Choperena, A., & López Belloso, M. (2024). The Study of Gender-Based Violence through a Narrative Approach: Evidence from the European Project IMPROVE. *Social Sciences, 13*(7), 330. https://doi.org/10.3390/socsci13070330

Salter, M., Woodlock, D., Dragiewicz, M., Conry, E., Ussher, J., Burke, J., & Middleton, W. (2025). "I see it running through my family": The intergenerational and collective trauma of gender–based violence. *Journal of Family Trauma, Child Custody & Child Development*, 1-21. https://doi.org/10.1080/26904586.2024.2443843

Sanz-Barbero, B., Barón, N., & Vives-Cases, C. (2019). Prevalence, associated factors and health impact of intimate partner violence against women in different life stages. *PLOS ONE, 14*(10), e0221049. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0221049

Scarry, E. (1985). *The Body in Pain: The Making and Unmaking of the World*. Oxford University Press.

Scheper-Hughes, N., & Lock, M. M. (1987). The Mindful Body: A Prolegomenon to Future Work in Medical Anthropology. *Medical Anthropology Quarterly, 1*(1), 6–41. Portico. https://doi.org/10.1525/maq.1987.1.1.02a00020

Shakespeare-Finch, J., & Armstrong, D. (2010). Trauma Type and Posttrauma Outcomes: Differences Between Survivors of Motor Vehicle Accidents, Sexual

Assault, and Bereavement. *Journal of Loss and Trauma, 15*(2), 69–82. https://doi.org/10.1080/15325020903373151

Shields, M., Tonmyr, L., Pollock, N. J., Gonzalez, A., McKinnon, B., Joshi, D., Crompton, L., & MacMillan, H. L. (2025). Health status among women and men in Canada who reported experiences of non-physical intimate partner violence. *Preventive Medicine Reports, 51, 103011*. https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2025.103011

Shimba, C., & Magombola, A., M. 2021. Social and Health Effects of Gender Based Violence on Women in Arumeru District, Tanzania. *European Journal of Research in Social Sciences, 9*(1), 54-62.

Silva, M. T. da, Fontoura, A. V. B., Pires, A. N. G., Carvalheira, A. P. P., Hino, P., Okuno, M. F. P., Taminato, M., Caldas, J. M. P., Fernandes, H. (2024). Interpersonal violence against people with intellectual disabilities in São Paulo, Brazil: characteristics of victims, perpetrators and referrals. *BMC Public Health, 24(*1). https://doi.org/10.1186/s12889-024-19211-4

Stark, E. (2009). *Coercive control: How men entrap women in personal life*. Oxford University Press.

Stoicescu, C., Medley, B., Wu, E., El-Bassel, N., Tanjung, P., & Gilbert, L. (2024). Synergistic effects of exposure to multiple types of violence on non-fatal drug overdose among women who inject drugs in Indonesia. *International Journal of Drug Policy, 129*, 104486. https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2024.104486

Sullivan, C. M., & Olsen, L. (2016). Common ground, complementary approaches: adapting the Housing First model for domestic violence survivors. *Housing and Society, 43*(3), 182–194. https://doi.org/10.1080/08882746.2017.1323305

Tam, D. M. Y, Schleicher, K., Wu, W., Kwok, S. M., Thurston, W. E., Dawson, M. (2016). Social work interventions on intimate partner violence against women in China. *Journal of Social Work. 16*(2), 228-249. https://doi.org/10.1177/1468017314568745

Terr, L. C. (1991) Childhood Traumas: An Outline and Overview. *American Journal of Psychiatry, 148*(1), 10–20. https://doi.org/10.1176/ajp.148.1.10

Thiel, F., Büechl, V. C. S., Rehberg, F., Mojahed, A., Daniels, J. K., Schellong, J., & Garthus-Niegel, S. (2022). Changes in Prevalence and Severity of Domestic Violence During the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. F*rontiers in Psychiatry, 13*. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.874183

Torres, A., Garcia-Esteve, L., Navarro, P., Tarragona, M. J., Imaz, M. L., Ascaso, C., Gelabert, E., Plaza, A., Subirà, S., Valdés, M., Martín-Santos, R. (2013). Relationship between intimate partner violence, depressive symptomatology, and personality traits. *Journal of Family Violence, 28*(4), 369-379. https://doi.org/10.1007/s10896-013-9502-4

Tronto, J. C. (1993). *Moral Boundaries: A Political Argument for an Ethic of Care*. Routledge.

Tullio, V., Zerbo, S., Lanzarone, A., Spagnolo, E., V., Malta, G., & Argo, A. (2019). The violence of men against women: Medico-legal and psychological issues. *Medico-Legal Journal, 88*(1), 37–40. https://doi.org/10.1177/0025817219882169

Udo, G. G, Bagchi. K. K. (2020). Using personal norm model to explain cyber – harassment intention and behavior. *Issues in Information Systems, 21 (4)*, 36-41. https://doi.org/10.48009/4_iis_2020_36-41

UK Government. (2021). *Domestic Abuse Act 2021: Factsheet*. https://www.gov.uk/government/publications/domestic-abuse-bill-2020-factsheets/domestic-abuse-bill-2020-overarching-factsheet

UN Women India. (2024). *Protection of Women from Domestic Violence Act – Evaluation and challenges*. https://india.unwomen.org/en

UN Women Turkey. (2024). *Impact of Turkey's withdrawal from the Istanbul Convention*. https://eca.unwomen.org/en/news/stories/2024/03/turkey-and-gender-based-violence-legal-framework

UN Women. (2021). *Handbook: Addressing violence against women in health and social services*. https://www.unwomen.org

UN Women. (2024). *Spain - Country fact sheet*. UN Women. https://data.unwomen.org/country/spain

UNESCO. (2019). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. https://unesdoc.unesco.org

United Nations Office on Drugs and Crime. (2023). *Gender-related killings of women and girls (femicide/feminicide): Global estimates of female intimate partner/family-related homicides in 2022.* https://doi.org/10.18356/9789213587072

van der Kolk, B. A. (1994). The Body Keeps the Score: Memory and the Evolving Psychobiology of Posttraumatic Stress. *Harvard Review of Psychiatry, 1*(5), 253–265. https://doi.org/10.3109/10673229409017088

Van Hoey, J., Moret-Tatay, C., Santolaya Prego de Oliver, J. A., Beneyto-Arrojo, M. J. (2021). Profile Changes in Male Partner Abuser After an Intervention Program in Gender-Based Violence. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 65*(13-14), 1411-1422. https://doi.org/10.1177/0306624x19884170

Verdú Delgado, A. D., & Mañas Viejo, C. (2017). Masculinities and Emotional Deficit: Linkages between Masculine Gender Pattern and Lack of Emotional Skills in Men who Mistreat Women in Intimacy. *Masculinities & Social Change, 6*(2), 166. https://doi.org/10.17583/mcs.2017.2589

Walker, L. E. (1984). *The Battered Woman Syndrome.* Springer.

Walsh, F. (2003). Family Resilience: A Framework for Clinical Practice. *Family Process, 42*(1), 1–18. Portico. https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2003.00001.x

Westmarland, N., & Kelly, L. (2012). Why Extending Measurements of "Success" in Domestic Violence Perpetrator Programmes Matters for Social Work. *British Journal of Social Work, 43*(6), 1092–1110. https://doi.org/10.1093/bjsw/bcs049

White, S. J., Sin, J., Sweeney, A., Salisbury, T., Wahlich, C., Montesinos Guevara, C. M., Gillard, S., Brett, E., Allwright, L., Iqbal, N., Khan, A., Perot, C., Marks, J., & Mantovani, N. (2023). Global Prevalence and Mental Health Outcomes of Intimate Partner Violence Among Women: A Systematic Review and Meta-Analysis.

Trauma, Violence, & Abuse, 25(1), 494–511. https://doi.org/10.1177/15248380231155529

Widom, C. S., Czaja, S. J., & DuMont, K. A. (2015). Intergenerational transmission of child abuse and neglect: Real or detection bias? *Science, 347*(6229), 1480–1485. https://doi.org/10.1126/science.1259917

Women and Gender Equality Canada. (2017). *It's Time: Canada's Strategy to Prevent and Address Gender-Based Violence*. https://www.canada.ca/en/women-gender-equality/news/2017/06/it_s_time_canadasstrategytopreventandaddressgender-basedviolence0.html

World Health Organization. (2013). *Responding to intimate partner violence and sexual violence against women: WHO clinical and policy guidelines*. https://www.who.int

World Health Organization. (2021). *Violence Against Women Prevalence Estimates, 2018*. https://www.who.int/publications/i/item/9789240022256

Yates, J., Shillington, K., J., Tryphonopoulos, P., Jackson, K., T., & Mantler, T. (2023). "When I decided to leave, I had nothing": The resilience of rural women experiencing economic abuse in the context of gender-based violence. *The Journal of Rural and Community Development, 18*(1), 1–18.

Young, I. M. (2005). *On Female Body Experience*. Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/0195161920.001.0001

Zabielska, P., Giezek, M., Masna, B., Bażydło, M., Tomczak, J., Ciechowicz, J., Safranow, K., Karakiewicz, B. (2018). Characteristics of individuals employing violence in northwest Poland, 2012–2013. *Family Medicine & Primary Review, 20*(1), 83–86. https://doi.org/10.5114/fmpcr.2018.73709

Zarling, A., & Berta, M. (2017). An Acceptance and Commitment Therapy Approach for Partner Aggression. *Partner Abuse, 8*(1), 89–109. https://doi.org/10.1891/1946-6560.8.1.89

Zarling, A., Bannon, S., Berta, M., & Russell, D. (2020). Acceptance and commitment therapy for individuals convicted of domestic violence: 5-year follow-up and time

to reoffense. *Psychology of Violence, 10*(6), 667–675. https://doi.org/10.1037/vio0000292

Βλασοπούλου, Α., Ρακιτζή, Σ. (2016). Η εφαρμογή της γνωσιακής-συμπεριφοριστικής ψυχοθεραπείας στη θεραπεία του Μετατραυματικού Στρες, το οποίο συνδέεται με παιδική σεξουαλική κακοποίηση. Γνωσιακή - Συμπεριφοριστική Έρευνα & Θεραπεία, 2 (1), 41-52

Γενική Γραμματεία Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων. (2023). *4η Ετήσια Έκθεση για την Βία κατά των Γυναικών* .

Γενική Γραμματεία Ισότητας των Φύλων. (2018). Οδηγός Συμβουλευτικής για τη βία.

Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών. (2023). *Έμφυλη βία κατά των γυναικών και άλλες μορφές διαπροσωπικής βίας στην Ελλάδα (GBV-EL): Πρώτα αποτελέσματα της έρευνας*. https://doi.org/10.17903/30971.1

Ίσαρη,Φ. Πουρκός, Μ. (2015). *Ποιοτική Μεθοδολογία Έρευνας: Εφαρμογές στην Ψυχολογία και στην Εκπαίδευση*. Ελληνικά Ακαδημαϊκά Ηλεκτρονικά Συγγράμματα και Βοηθήματα.

Καστράνη, Π. (2024). Συμβουλευτική γυναικών που έχουν υποστεί έμφυλη βία. Στο Αθανασιάδου, Χ., & Δεληγιάννη - Κουϊμτζή, Β. 2023. *Φεμινιστική Ψυχολογία: Συμβουλευτική υποστήριξη και ενδυνάμωση γυναικών* (σσ. 153-174). Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις.

Καστράνη, Π. (2024). Συμβουλευτική γυναικών που έχουν υποστεί έμφυλη βία. Στο Αθανασιάδου, Χ., & Δεληγιάννη - Κουϊμτζή, Β. 2023. *Φεμινιστική Ψυχολογία: Συμβουλευτική υποστήριξη και ενδυνάμωση γυναικών* (σσ. 153-174). Κάλλιπος, Ανοικτές Ακαδημαϊκές Εκδόσεις.

Κέντρο Διοτίμα. (2022). *Ορολογίες*. Ανακτήθηκε 28 Απριλίου 2025, από https://diotima.org.gr/orologies/

Νόμος 3500/2006. (2006). *Για την αντιμετώπιση της ενδοοικογενειακής βίας και άλλες διατάξεις* [ΦΕΚ Α’ 232/24.10.2006]. https://www.kodiko.gr/nomothesia/document/154457/nomos-3500-2006

Νόμος 4604/2019. (2019). *Προώθηση της ουσιαστικής ισότητας των φύλων, πρόληψη και καταπολέμηση της έμφυλης βίας* [ΦΕΚ Α' 50/26.03.2019]. Ανακτήθηκε από https://www.forin.gr/laws/law/3731/n-4604-2019

Νόμος 4619/2019. (2019). *Κύρωση του Ποινικού Κώδικα* [ΦΕΚ Α' 95/11.06.2019]. https://www.kodiko.gr/nomothesia/document/529099/nomos-4619-2019

Νόμος 4808/2021. (2021). *Για την προστασία της εργασίας και την αντιμετώπιση της βίας και παρενόχλησης στην εργασία* [ΦΕΚ Α' 101/19.06.2021]. https://www.kodiko.gr/nomothesia/document/727771/nomos-4808-2021

Νόμος 4855/2021. (2021). *Τροποποιήσεις στον Ποινικό Κώδικα και αυστηροποίηση ποινών* [ΦΕΚ Α' 215/12.11.2021]. https://www.e-nomothesia.gr/kat-kodikes-nomothesias/nomos-4855-2021-phek-215a-12-11-2021.html

Οργανισμός Ηνωμένων Εθνών. (1993). *Διακήρυξη για την εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών.*

Τσιώλης, Γ. (2018). Η Θεματική Ανάλυση Ποιοτικών Δεδομένων. Στο Γ. Ζαϊμάκης (Επιμ.), *Ερευνητικές Διαδρομές στις Κοινωνικές Επιστήμες: Θεωρητικές-Μεθοδολογικές συμβολές και μελέτες περίπτωσης (σσ. 97-125).* Πανεπιστήμιο Κρήτης – Εργαστήριο Κοινωνικής Ανάλυσης και Εφαρμοσμένης Κοινωνικής έρευνας.