

ΕΝΩΣΗ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΥΤΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ
ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

2016-2019

ΘΕΜΑ:

Η ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ:

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ.

ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΜΕΣΩ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

ΤΕΛΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ ΤΗΣ ΛΙΛΑΣ ΘΕΟΛΟΓΙΑΣ ΠΙΤΤΑ

E-mail: lilatheopit@gmail.com

Ημερομηνία: 17/12/2025

ΕΠΙΒΛΕΠΟΥΣΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΑ: ΝΙΝΑ ΑΛΚΑΛΑΗ

Η ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ:

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ.

ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΜΕΣΩ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

*«...Χορεύουμε από την στιγμή,
που τα πόδια μας ακουμπούν την γη...»*

(Chaiklin, S.)

Αφιερώνεται στις γιαγιάδες μου,

Θεολογία και Γιώτα

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	7
----------------	---

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ

ΟΡΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

1. ΟΙ ΟΡΙΣΜΟΙ ΒΑΣΕΙ ΤΟΥ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΥΓΕΙΑΣ ..9	
2. Η ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ	12
3. ΤΟ ΚΑΝΟΝΙΣΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ	16

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

4. Η ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ - Η ΑΝΙΣΟΤΗΤΑ ΣΤΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΩΝ ΔΥΟ ΦΥΛΩΝ	22
5. Η ΒΙΑ ΣΤΑ ΖΕΥΓΑΡΙΑ - Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΕΞΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ	26
6. ΟΙ ΜΟΡΦΕΣ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΤΟΥ ΕΞΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ	29
6.1. Η σωματική κακοποίηση	32
6.2. Η σεξουαλική κακοποίηση	34
6.3. Η οικονομική κακοποίηση	36
6.4. Η ψυχολογική κακοποίηση	38
7. Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΥ ΔΕΣΜΟΥ	45
8. Η ΚΥΚΛΙΚΗ ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΒΙΑΣ	54

9. ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΒΙΑΣ ΣΤΙΣ	
ΓΥΝΑΙΚΕΣ	60
9.1. Το μοντέλο της μαθημένης αβοηθησίας	60
9.2. Η διαταραχή της ρύθμισης του συναισθήματος	62
9.3. Η διαταραχή του μετατραυματικού στρες	64

ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ

ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΜΕΣΩ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

10. Η ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΡΙΣΜΑ ΤΗΣ	
ΝΕΥΡΟΕΠΙΣΤΗΜΗΣ	71
11. ΟΙ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΕΣΩ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ	
ΘΥΜΑΤΑ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΒΙΑΣ	77
12. ΟΙ ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΜΕΣΩ ΤΗΣ	
ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΘΥΜΑΤΑ	
ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΒΙΑΣ	82
12.1. Η έρευνα και η παρέμβαση της Margolin	82
12.2. Η έρευνα και η παρέμβαση της Devereaux	85
12.3. Η έρευνα και η παρέμβαση της Sbiglio	88
12.4. Η έρευνα και η παρέμβαση της Nikol	92
12.5. Η έρευνα και η παρέμβαση των Özümerzifon, Ross, Brinza,	
Gibney & Garber	95
12.6. Η έρευνα και η παρέμβαση της MacLaren	99
ΕΠΙΛΟΓΟΣ	103
ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ	105
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ	121

ΕΥΧΑΡΙΣΤΙΕΣ

Θα ήθελα να ευχαριστήσω την επόπτρια της παρούσας εργασίας Νίνα Αλκαλάη, για την υποστήριξη της, στο εγχείρημα αυτό καθώς και την εμπιστοσύνη που έδειξε στο πρόσωπο μου καθ' όλη την διάρκεια της εκπόνησης της.

Ευχαριστώ όλες, τις εκπαιδύτριες και τις συνεκπαιδευόμενες, από το εκπαιδευτικό πρόγραμμα της Ένωσης Χοροθεραπευτών Ελλάδας, γι' αυτό το μοναδικό “ταξίδι” στην σοφία του χορού και της κίνησης.

Βαθιά ευγνωμοσύνη και ευχαριστώ στην Χριστίνα Π. και στην Άννυ Κ., που επικοινωνήσαν και προώθησαν την ιδέα της υλοποίησης της πρακτικής μου άσκησης, σε γυναίκες θύματα έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας. Τις ευχαριστώ για την θετικότητα στο βλέμμα και το χαμόγελο στα χείλη. Χωρίς την υποστήριξη και την συμβολή τους, δεν θα τα είχα καταφέρει.

Ευχαριστώ τις γυναίκες που συμμετείχαν στην πρακτική μου άσκηση στα πλαίσια του εκπαιδευτικού προγράμματος της ΕΧΕ, κατά το χρονικό διάστημα 2023-2025. Για την εμπιστοσύνη που έδειξαν στο πρόσωπό μου και για το ότι αφέθηκαν σε αυτό το θεραπευτικό “ταξίδι”.

Ιδιαίτερα ευχαριστώ την Ασπασία Θ., υπεύθυνη του “STRONG ME”, που υποστήριξε την προσπάθεια μου και με βοήθησε εμπράκτως στην υλοποίηση της πρακτικής μου άσκησης.

Ευχαριστώ πολύ την εξαιρετική μου δασκάλα Γαβριέλα Κ., που μου “μεταλαμπάδευσε” τις γνώσεις και την αγάπη της, για τον χορό και την κίνηση.

Ευχαριστώ θερμά τον κ. Ιωάννη Β., την κ. Ιωάννα Γ., και την Τόνια Γ. που σεβάστηκαν τις ανάγκες μου και με φρόντισαν ποικιλοτρόπως. Απλόχερα πρόσφεραν την βοήθεια τους, σε κρίσιμες στιγμές.

Ευχαριστώ όλους τους “άδηλους” και “έκδηλους” συμπαραστάτες και συνοδοιπόρους, που με πίστεψαν και με ενέπνευσαν, κατά την διάρκεια αυτής της μακράς “πορείας”.

Κυρίως ευχαριστώ την οικογένεια μου και ειδικά την μητέρα μου, που σέβεται τις επιλογές μου και με υποστηρίζει στους “δρόμους” που “διαβαίνω”.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η ενδοοικογενειακή βία είναι ένα διευρυμένο κοινωνικό φαινόμενο. Οι επιπτώσεις αυτής της μορφής βίας στις γυναίκες απαιτεί παρεμβάσεις βασισμένες σε τεκμηριωμένες μελέτες και ολοκληρωμένες στρατηγικές. Αναγνωρίζοντας την σοβαρότητα του προβλήματος, πρόθεση της παρούσας εργασίας αποτελεί, η άμβλυνση των εκτεταμένων συνεπειών αυτής της μορφής βίας.

Η ανάλυση της παρούσας μελέτης ξεκινά με την θεωρητική προσέγγιση του φαινομένου της ενδοοικογενειακής βίας αναδεικνύοντας τον αντίκτυπο που έχει στην σωματική, ψυχική και διανοητική υγεία των γυναικών που την υφίστανται.

Η ανασκόπηση των ερευνών που ακολουθεί, αποσκοπεί στο να αναδείξει τον ρόλο της χοροθεραπείας ως κατάλληλης και αποτελεσματικής παρέμβασης για την αντιμετώπιση των σωματικών και των ψυχολογικών επιπτώσεων που βιώνουν οι γυναίκες που έχουν υποστεί ενδοοικογενειακή βία. Η ανασκόπηση διερευνά τα πιθανά οφέλη των παρεμβάσεων μέσω του χορού και της κίνησης, υποστηρίζοντας ότι μια τέτοια προσέγγιση ενδυναμώνει τις γυναίκες, τις βοηθά να ανακτήσουν τον έλεγχο του περιβάλλοντός τους και να αποκτήσουν σωματική, κοινωνική και συναισθηματική υγεία.

Η ανασκόπηση επικεντρώνεται στη θεραπεία μέσω του χορού και της κίνησης ως εξειδικευμένης θεραπευτικής μεθόδου αναδεικνύοντας ότι οι παρεμβάσεις και οι προσεγγίσεις που βασίζονται στο σώμα βοηθούν τις γυναίκες, να ενδυναμωθούν, να ανακτήσουν τον έλεγχο του εαυτού τους και να ξαναγράψουν την ιστορία τους.

Η ορολογία που χρησιμοποιείται για να περιγράψει το σύνολο των μορφών της σωματικής, ψυχολογικής και σεξουαλικής βίας που ασκείται σε βάρος των γυναικών

από οικείο σύντροφο έχει μεταβληθεί με την πάροδο των ετών. Πλέον όροι “ενδοοικογενειακή βία”, “ενδοοικογενειακή κακοποίηση” και “βία μεταξύ συντρόφων” χρησιμοποιούνται εναλλακτικά. Στο πλαίσιο της παρούσας εργασίας, ο όρος “ενδοοικογενειακή βία” θα χρησιμοποιείται για να περιγράψει οποιαδήποτε μορφή κακοποίησης ή βίας, η οποία περιγράφεται με τους όρους “ενδοοικογενειακή κακοποίηση” ή “βία μεταξύ συντρόφων”.

ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ:

ΟΡΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΚΑΝΟΝΙΣΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ

1. ΟΙ ΟΡΙΣΜΟΙ ΒΑΣΕΙ ΤΟΥ ΠΑΓΚΟΣΜΙΟΥ ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΥ ΥΓΕΙΑΣ

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, (W.H.O., n.d.) η έμφυλη βία είναι μία από τις πιο διαδεδομένες, αλλά και τις λιγότερο αναγνωρισμένες παραβιάσεις των ανθρωπίνων δικαιωμάτων. Αναφέρεται σε οποιαδήποτε μορφή βλάβης που ασκείται ενάντια στη θέληση ενός ατόμου, με βάση το φύλο, δηλαδή τις κοινωνικές διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών. Η έμφυλη βία πλήττει κυρίως τις γυναίκες και τα κορίτσια και συμβαίνει σε όλες τις χώρες, τόσο εντός της οικίας όσο και στους χώρους εργασίας, στα σχολεία και στις κοινότητες.

Η συντροφική και ενδοοικογενειακή βία είναι μια μορφή έμφυλης βίας που υπάρχει παγκοσμίως, ανεξαρτήτως ηλικίας, φύλου, θρησκείας, κοινωνικής ή οικονομικής τάξης. Παρά τις διεθνείς συμφωνίες για την αντιμετώπιση της συντροφικής και ενδοοικογενειακής βίας, εξακολουθούν να υπάρχουν αρκετές χώρες στις οποίες η συντροφική βία δεν θεωρείται έγκλημα.

Τα Ηνωμένα Έθνη ορίζουν την συντροφική και την ενδοοικογενειακή βία ως μια συμπεριφορά που προέρχεται από έναν νυν ή πρώην σύντροφο που προκαλεί σωματική, σεξουαλική ή ψυχολογική βλάβη, περιλαμβάνοντας σωματική επιθετικότητα, σεξουαλικό εξαναγκασμό, ψυχολογική κακοποίηση και συμπεριφορές ελέγχου.

Παρότι επικεντρώνεται κυρίως στις γυναίκες, λόγω του ότι η βία συνήθως ασκείται από τους άνδρες, τα θύματα συντροφικής και ενδοοικογενειακής βίας μπορεί να είναι και άνδρες ή αγόρια, μεταξύ των οποίων και ομοφυλόφιλοι ή διεμφυλικοί. Επίσης μπορεί να ασκείται και από γυναίκα σε γυναίκα, ανάμεσα ομόφυλα ζευγάρια.

Η συντροφική και ενδοοικογενειακή βία επηρεάζει ένα μεγάλο ποσοστό γυναικών σε παγκόσμιο επίπεδο. Επειδή τα θύματα δεν καταγγέλλουν τα περιστατικά βίας, λόγω δισταγμού ή ντροπής είναι δύσκολο να γίνει μια ακριβής καταμέτρηση του φαινομένου. Πρόκειται επομένως για ένα έγκλημα με μεγάλο “σκοτεινό” αριθμό και οι επίσημες καταγγελίες αποτυπώνουν μόνο ένα μικρό ποσοστό των πραγματικών περιστατικών.

Η μελέτη του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας, το 2013 (W.H.O., n.d.), για τις επιπτώσεις στην υγεία των γυναικών θυμάτων, έδειξε ότι όσες είχαν υποστεί σωματική ή σεξουαλική κακοποίηση είχαν 1,5 φορές μεγαλύτερη πιθανότητα να εμφανίσουν σεξουαλικά μεταδιδόμενο νόσημα, σε σύγκριση με όσες δεν είχαν εμπειρία βίας από σύντροφο. Επίσης, είχαν διπλάσιες πιθανότητες να υποβληθούν σε έκτρωση. Η ίδια μελέτη του 2013 έδειξε ότι οι γυναίκες που υπέστησαν βία από σύντροφο είχαν 16% περισσότερες πιθανότητες αποβολής και 41% περισσότερες πιθανότητες πρόωρης γέννας.

Η ανάλυση της έρευνας του 2018, που διεξήχθη από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (W.H.O., n.d.) εκ μέρους της Ομάδας Εργασίας του Ο.Η.Ε. για την βία κατά των γυναικών, για την περίοδο 2000-2018, που αφορούσε 161 χώρες και περιοχές του κόσμου, απέδειξε ότι:

- Σχεδόν το 1/3 και συγκεκριμένα το 27% των γυναικών ηλικίας 15 - 49 ετών που έχουν υπάρξει σε σχέση ανέφεραν ότι έχουν υποστεί κάποια μορφή σωματικής και/ή σεξουαλικής βίας από τον σύντροφό τους.
- Περίπου 1 στις 3 γυναίκες δηλαδή το 30%, έχει υποστεί σωματική και/ή σεξουαλική βία από σύντροφο ή σεξουαλική βία από μη σύντροφο, στη διάρκεια της ζωής τους.
- Το 38% όλων των γυναικοκτονιών έχει διαπραχθεί από συντρόφους.

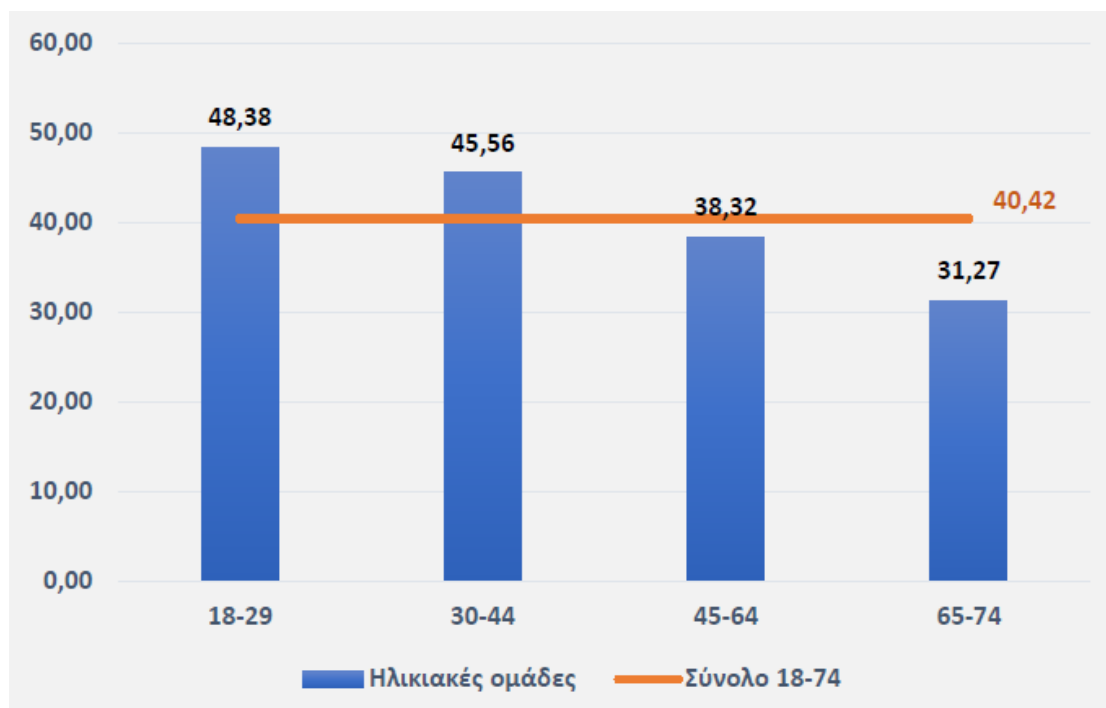
Επίσης σε ότι αφορά την σωματική υγεία των γυναικών που έχουν υποστεί βία από σύντροφο έχει αποδειχθεί ότι σε παγκόσμιο επίπεδο είχε τις παρακάτω συνέπειες:

- Το 42% των γυναικών αναφέρουν σωματικό τραυματισμό ως συνέπεια αυτής της βίας.
- Αυξημένα ποσοστά αποβολής, πρόωρης γέννας και χαμηλό βάρος γέννησης του βρέφους τους.
- Αυξημένα ποσοστά άγχους και κατάθλιψης.
- Θανάτους από ανθρωποκτονίες και αυτοκτονίες.

2. Η ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Σύμφωνα με τα πρώτα αποτελέσματα της έρευνας του Εθνικού Κέντρου Κοινωνικών Ερευνών (2023) που αφορούσε την έμφυλη βία, διαπιστώθηκε ότι στην Ελλάδα οι γυναίκες ηλικίας 18-74 ετών που είχαν κατά την διάρκεια της ενήλικης ζωής τους, στενή συντροφική σχέση υπέστησαν ψυχολογική βία :

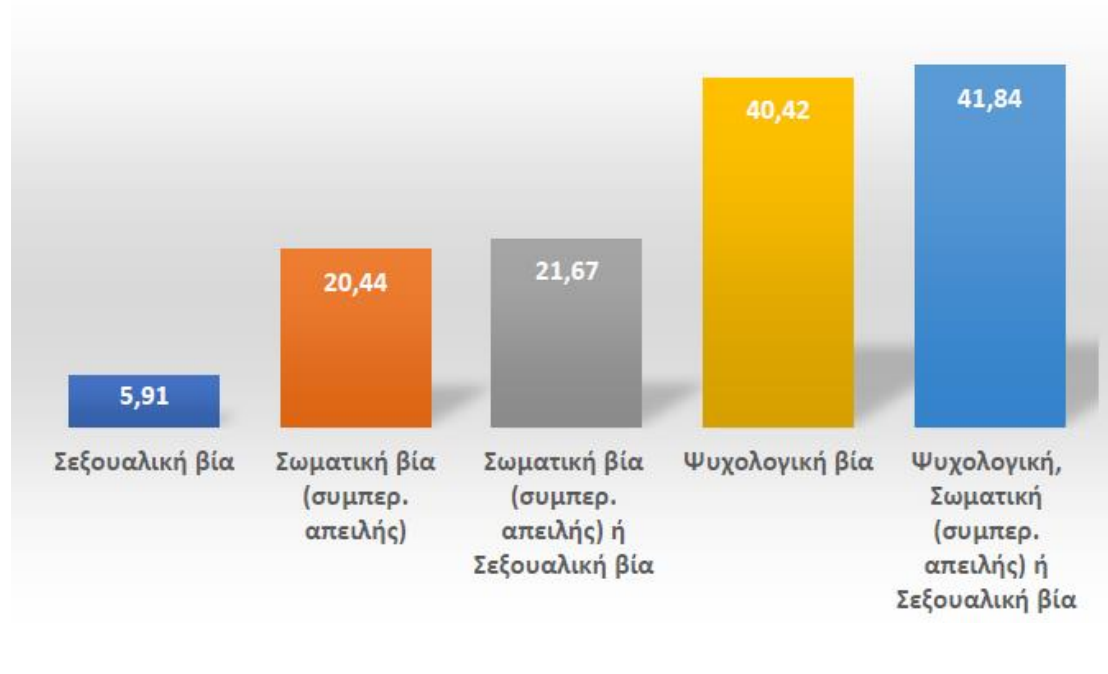
- Σε ποσοστό 40,42% επί του συνόλου.
- Το ποσοστό υπερέβαινε το 48% για τις γυναίκες ηλικίας 18-29 ετών.
- Το ποσοστό ήταν άνω του 45% για γυναίκες ηλικίας 30-45 ετών.



Γράφημα 1: Ποσοστό γυναικών που είχαν υποστεί ψυχολογική βία από στενό/η σύντροφο (Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, 2023, σ. 66)

Επίσης τα στοιχεία της έρευνας αποκάλυψαν ότι οι γυναίκες ηλικίας 18-74 ετών είχαν βιώσει κατά την ενήλικη ζωή τους, από κάποιον στενό/η πρώην ή νυν σύντροφο:

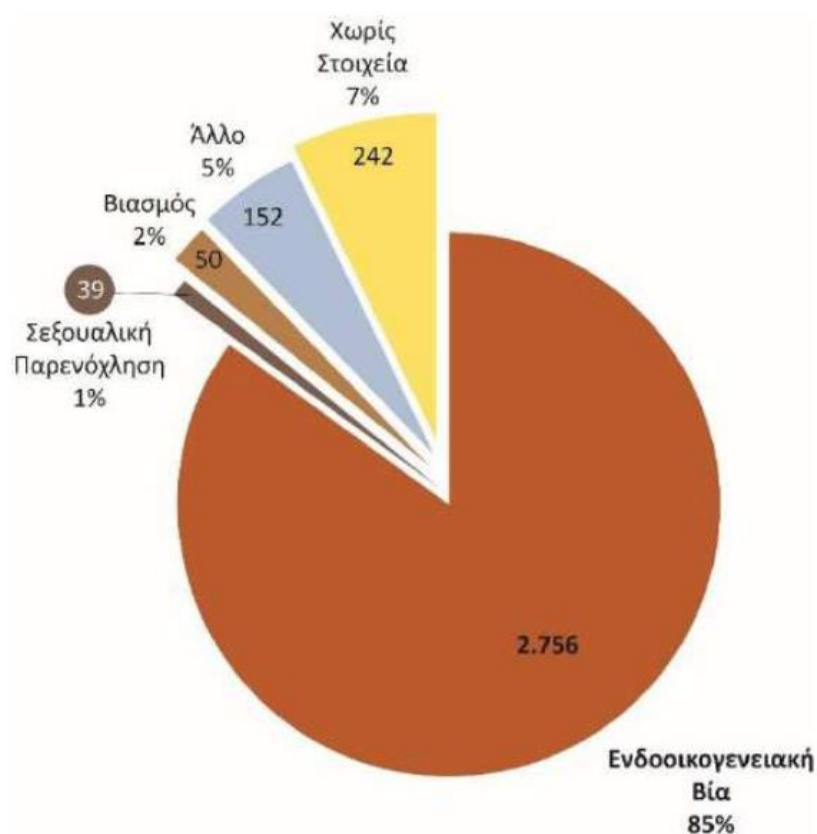
- Σε ποσοστό 42% ένα ή και περισσότερα περιστατικά σεξουαλικής, σωματικής ή ψυχολογικής βίας.
- Σε ποσοστό 6% σεξουαλική βία.
- Σε ποσοστό 20,4% είχαν απειληθεί ή είχαν υποστεί σωματική βία.
- Σε ποσοστό 22% είχαν υποστεί σεξουαλική και σωματική βία.
- Η ψυχολογική βία σε ποσοστό 40,42% φάνηκε ότι ήταν η επικρατέστερη μορφή βίας που είχαν βιώσει.



Γράφημα 2: Ποσοστό γυναικών που είχαν υποστεί βία από στενό/η σύντροφο ανά μορφή βίας (Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών, 2023, σ. 71)

Σύμφωνα με την βάση δεδομένων της Ελληνικής Εταιρίας Τοπικής Ανάπτυξης και Αυτοδιοίκησης (Ε.Ε.Τ.Α.Α.), επί του συνόλου των 2.756 γυναικών θυμάτων βίας που εξυπηρετήθηκαν από τα Συμβουλευτικά Κέντρα της Γενικής Γραμματείας Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων (ΓΓΙΑΔ) για το έτος 2024, φάνηκε ότι:

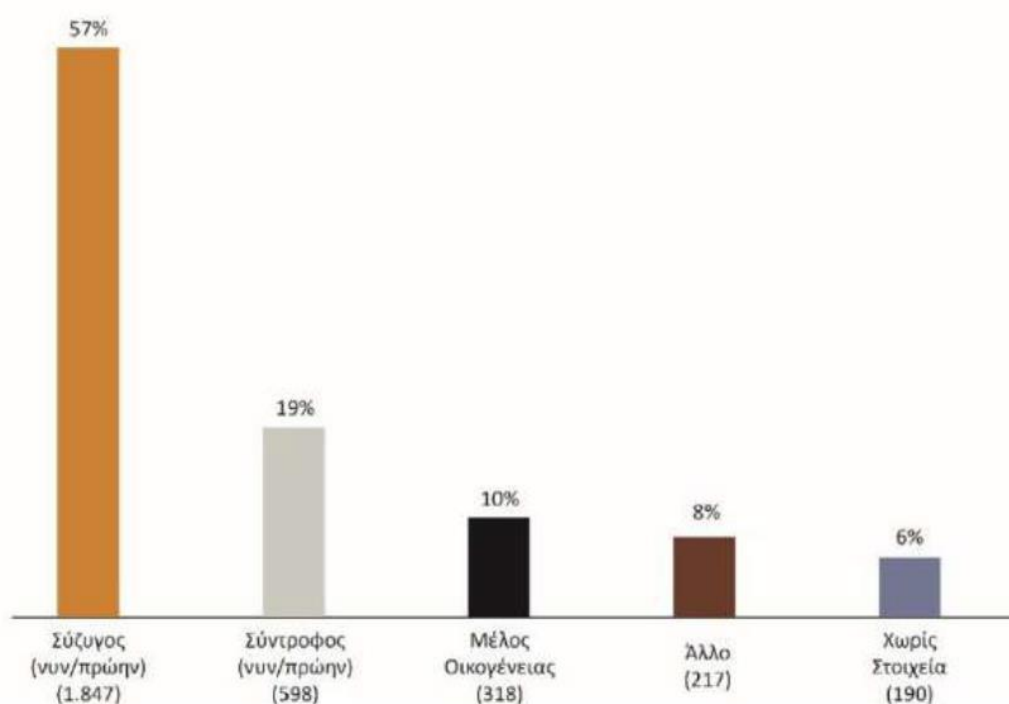
- σε ποσοστό 85% η ενδοοικογενειακή βία ήταν η επικρατέστερη μορφής βίας.
- η σεξουαλική βία ήταν σε πολύ μικρότερο ποσοστό, μόλις το 3%, όπου το 2% αφορούσε βιασμό και το 1% σεξουαλική παρενόχληση.



Γράφημα 3: Αναφερόμενο είδος βίας από γυναίκες εξυπηρετούμενες των ΣΚ του Δικτύου Δομών της ΓΓΙΑΔ (5^η Ετήσια Έκθεση, 2024, σ. 161)

Από αυτό το σύνολο των εξυπηρετούμενων γυναικών που ανέφεραν ενδοοικογενειακή βία, δήλωσαν ότι η σχέση τους με τον δράστη ήταν:

- συζυγική σε ποσοστό 57%.
- συντροφική σε ποσοστό 19%.
- άλλο πρόσωπο της οικογένειας, σε ποσοστό 10%.



Γράφημα 4: Σχέση των δραστών με τις εξυπηρετούμενες γυναίκες των ΣΚ του Δικτύου Δομών της ΓΓΙΑΔ (5^η Ετήσια Έκθεση, 2024, σ. 162)

3. ΤΟ ΚΑΝΟΝΙΣΤΙΚΟ ΠΛΑΙΣΙΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗ ΒΙΑ

Το ζήτημα της βίας κατά των γυναικών, συζητήθηκε σε διεθνές επίπεδο, στην Σύμβαση για την Εξάλειψη όλων των Μορφών Διακρίσεων Κατά των Γυναικών, την αποκαλούμενη και C.E.D.A.W (1979). Πρόκειται για μια διεθνής συμφωνία που ενέτασσε την ανισότητα και τις διακρίσεις κατά των γυναικών στο πλαίσιο της φτώχειας, της φυλής, της υγείας και της πολιτικής εκπροσώπησης, συμπεριλαμβανομένων και των διακρίσεων εντός της οικογένειας.

Περαιτέρω εξέταση για τα ζητήματα της βίας κατά των γυναικών έγινε και το 1995, στην 4^η Διάσκεψη του Ο.Η.Ε. στο Πεκίνο (Διακήρυξη του Πεκίνου, 1995). Με έμβλημα το τρίπτυχο “Ισότητα - Ανάπτυξη - Ειρήνη”, η Διάσκεψη τόνιζε ότι η βία κατά των γυναικών αποτελεί παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων τους και αποτελεί εμπόδιο για την πλήρη άσκηση τους. Ταυτόχρονα θέσπιζε τους παρακάτω στρατηγικούς στόχους:

- Την εφαρμογή ολοκληρωμένων μέτρων για την πρόληψη και εξάλειψη της βίας κατά των γυναικών.
- Την μελέτη των αιτιών και των συνεπειών αυτής της μορφής βίας.

Όμως ορόσημο των διεκδικήσεων του φεμινιστικού και του γυναικείου κινήματος για την εξάλειψη της έμφυλης βίας κατά των γυναικών αποτέλεσε η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης. Υπογράφηκε το 2011 από την Επιτροπή Υπουργών του Συμβουλίου της Ευρώπης και αποτελεί το πρώτο διεθνώς δεσμευτικό νομικό κείμενο που αναγνωρίζει την ενδοοικογενειακή βία ως παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και μορφή διάκρισης λόγω φύλου, στην Ευρώπη. Την έχουν κυρώσει 34 κράτη-μέλη του Συμβουλίου της Ευρώπης, την έχουν υπογράψει 46 κράτη και αποτελεί

βάση για την πολιτική δράση πολλών κρατών και εκτός Ευρώπης (2^η Ετήσια Έκθεση για την Βία, 2021).

Η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης ορίζει την βία κατά των γυναικών ως ένα έμφυλο φαινόμενο και απόρροια των ιστορικά άνισων σχέσεων εξουσίας μεταξύ ανδρών και γυναικών. Στο Προοίμιο της Σύμβασης αναφέρεται ότι: *«η “βία κατά των γυναικών” αποτελεί απόδειξη των ιστορικά άνισων σχέσεων ισχύος ανάμεσα στις γυναίκες και τους άνδρες, που οδήγησαν στην κυριαρχία και την διάκριση κατά των γυναικών από τους άνδρες και την αποτροπή της πλήρους προώθησής τους»* (Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης, 2011, σ. 3).

Η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης αναγνωρίζει την δομική φύση της βίας κατά των γυναικών. Η βία είναι αιτία και ταυτόχρονα συνέπεια της ανισότητας και αποτελεί μηχανισμό καταπίεσης που στερεί από τις γυναίκες την ελευθερία, την αυτονομία και τα δικαιώματά τους. Επομένως αντιμετωπίζει την βία μέσα στο πλαίσιο των έμφυλων στερεοτύπων, των κοινωνικών ανισοτήτων, των διακρίσεων και των προκαθορισμένων ρόλων που καθορίζουν την θέση των γυναικών και αποτελεί εμπόδιο στην εξέλιξη τους.

Η παραπάνω Σύμβαση είναι η πρώτη διεθνής συνθήκη που περιλαμβάνει έναν ορισμό του φύλου. Στο Άρθρο 3, παράγραφος γ, το φύλο ορίζεται ως *«ρόλοι, συμπεριφορές, δραστηριότητες και κοινωνικά κατασκευασμένα χαρακτηριστικά που μια δεδομένη κοινωνία θεωρεί κατάλληλα για γυναίκες και άνδρες»*.

Στο προοίμιο αναφέρεται ότι η βία κατά των γυναικών αποτελεί *«εμπόδιο για την επίτευξη της ισότητας των φύλων»* και στο Άρθρο 3, παράγραφος α, ορίζεται ως *«παραβίαση των ανθρωπίνων δικαιωμάτων και μορφή διάκρισης κατά των γυναικών»*.

Σύμφωνα και με τα παραπάνω στο Άρθρο 3, παράγραφος β της Σύμβασης καθορίζεται και ο ορισμός της ενδοοικογενειακής βίας ως: «“ενδοοικογενειακή βία” θα νοούνται όλες οι πράξεις σωματικής, σεξουαλικής, ψυχολογικής ή οικονομικής βίας που συμβαίνουν εντός της οικογένειας ή της οικιακής μονάδας ή ανάμεσα σε πρώην ή νυν συζύγους ή συντρόφους, είτε ο αυτουργός διαμένει ή διέμενε στην ίδια κατοικία με το θύμα, είτε όχι.»

Ο ανωτέρω ορισμός της ενδοοικογενειακής βίας περιλαμβάνει όλες τις μορφές κακοποίησης με κάθε μορφής συνύπαρξη, διαπροσωπική ή οικογενειακή. Επίσης περιλαμβάνει πρώην και νυν συντρόφους, συζύγους καθώς και τα άλλα μέλη της οικογένειας. Κατά συνέπεια δεν προϋποθέτει ούτε την νομική θεμελίωση της συντροφικής σχέσης ούτε την ύπαρξη βιολογικού δεσμού (Council of Europe, 2011).

Η ενδοοικογενειακή βία περιλαμβάνει ένα φάσμα εξαναγκαστικών συμπεριφορών. Οι κακοποιητικές συμπεριφορές έχουν ως σκοπό τον έλεγχο του θύματος από τον δράστη. Γι' αυτό και η ενδοοικογενειακή βία δεν αποτελεί ένα μεμονωμένο περιστατικό αλλά είναι μια μορφή βίας, επαναλαμβανόμενη, συστηματική και κλιμακούμενη, με σοβαρές συνέπειες για τις γυναίκες.

Η Σύμβαση της Κωνσταντινούπολης (Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης, 2011), ορίζει ότι η ενδοοικογενειακή βία υπάρχει μαζί και με άλλες μορφές βίας:

- Ψυχολογική βία
- Παρενοχλητική παρακολούθηση
- Σεξουαλική βία (συμπεριλαμβανομένου του βιασμού)
- Σωματική βία
- Αναγκαστικός γάμος
- Αναγκαστική άμβλωση και στειρώση

- Ακρωτηριασμός των γυναικείων γεννητικών οργάνων
- Σεξουαλική παρενόχληση

Ο ακριβής και περιεκτικός ορισμός της Σύμβασης της Κωνσταντινούπολης διαμορφώνει ένα κοινό πλαίσιο αναφοράς και καθορίζει 4 βασικούς άξονες για την αντιμετώπιση του φαινομένου από τα συμβαλλόμενα κράτη. Αυτοί οι 4 άξονες περιλαμβάνουν την πρόληψη, την προστασία, την ποινική δίωξη και τις πολιτικές για την αντιμετώπιση της έμφυλης και της ενδοοικογενειακής βίας κατά των γυναικών (Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης, 2011). Συγκεκριμένα:

A) Πρόληψη

Τα κράτη οφείλουν να πραγματοποιούν καμπάνιες ευαισθητοποίησης της κοινής γνώμης, να παρέχουν εξατομικευμένη εκπαίδευση σε επαγγελματίες που έρχονται σε άμεση επαφή με θύματα και να εντάσσουν στα σχολικά προγράμματα θεματικές που αφορούν τα θέματα της βίας. Να δημιουργούν προγράμματα θεραπείας για δράστες ενδοοικογενειακής βίας και σεξουαλικών αδικημάτων και να συνεργάζονται με τις ΜΚΟ, με τα μέσα μαζικής ενημέρωσης και τους ιδιωτικούς φορείς, για την εξάλειψη των στερεοτύπων που βασίζονται στο φύλο.

B) Προστασία

Σε ότι αφορά την προστασία των θυμάτων, προβλέπεται μεταξύ άλλων η παρέμβαση της αστυνομίας, ώστε εάν αυτό κριθεί αναγκαίο, να απομακρυνθεί ο δράστης από την οικία του. Επίσης προβλέπεται η πρόσβαση των θυμάτων σε πληροφόρηση, δηλαδή την ενημέρωση και την παραπομπή τους σε διαθέσιμες

υπηρεσίες στην γλώσσα που κατανοούν. Επιπλέον τα κράτη δεσμεύονται να διαθέτουν επαρκή αριθμών δομών φιλοξενίας, σε όλη τους την επικράτεια. Ακόμη προβλέπεται η λειτουργία δωρεάν τηλεφωνικής γραμμής άμεσης βοήθειας, στελεχωμένη από κατάλληλα καταρτισμένους επαγγελματίες που να μπορούν να παρέχουν υποστήριξη στα θύματα. Επίσης προβλέπει την ίδρυση συμβουλευτικών κέντρων για θύματα βιασμού, έμφυλης και ενδοοικογενειακής βίας.

Γ) Ποινική Δίωξη

Η Σύμβαση ποινικοποιεί όλες τις μορφές βίας κατά των γυναικών, συμπεριλαμβανομένης και της ενδοοικογενειακής βίας. Τα κράτη που έχουν υπογράψει και επικυρώσει την Σύμβαση πρέπει να ορίσουν ως αξιόποινες πράξεις και να συμπεριλάβουν στο νομικό τους σύστημα ως νέα αδικήματα, την ψυχολογική, σωματική, σεξουαλική, οικονομική βία, την παρενοχλητική παρακολούθηση, των ακρωτηριασμό των γεννητικών οργάνων, τον αναγκαστικό γάμο, καθώς και την αναγκαστική άμβλωση και στείρωση. Επίσης τα κράτη δεν μπορούν να νομιμοποιούν αυτές τις πράξεις με πρόσχημα την “παράδοση” ή την “τιμή” ή την πολιτισμική “κουλτούρα”. Ακόμη οι αστυνομικές αρχές οφείλουν να διερευνούν κάθε καταγγελία, να ανταποκρίνονται άμεσα στις κλήσεις βοήθειας, να συλλέγουν αποδεικτικά στοιχεία και να προβαίνουν σε εκτίμηση του κινδύνου που διατρέχει το θύμα. Επιπλέον τα κράτη χρειάζεται να διασφαλίσουν ότι σε κάθε φάση της νομικής και δικαστικής διαδικασίας όλα τα δικαιώματα των θυμάτων θα γίνονται σεβαστά και ότι θα αποφεύγεται η δευτερογενής θυματοποίηση τους.

Δ) Ολοκληρωμένες Πολιτικές

Η Σύμβαση προβλέπει την συνεργασία όλων των μελών-κρατών στην υιοθέτηση ολοκληρωμένων και συντονισμένων πολιτικών. Βασίζεται δηλαδή στην αρχή, ότι η αποτελεσματική αντιμετώπιση της βίας απαιτεί την συνεργασία πολλών φορέων. Επομένως βασικός στόχος κάθε κράτους-μέλους καθίσταται η υλοποίηση των πολιτικών, για την πρόληψη και την καταπολέμηση της έμφυλης και της ενδοοικογενειακής βίας. Αναγκαία είναι και η κατάρτιση ενός σχεδίου δράσης που να διαμορφώνει ένα πλαίσιο συνεργασίας μεταξύ των θεσμικών φορέων, των οργανισμών, των ΜΚΟ καθώς και των εθνικών, περιφερειακών και τοπικών αρχών με απώτερο στόχο την εξάλειψη της βίας.

ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ:

ΘΕΩΡΗΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ

4. Η ΦΕΜΙΝΙΣΤΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ – Η ΑΝΙΣΟΤΗΤΑ ΣΤΙΣ ΣΧΕΣΕΙΣ ΤΩΝ ΔΥΟ ΦΥΛΩΝ

Η φεμινιστική προσέγγιση εστιάζει στην διάσταση του φύλου και της ισχύς στις σχέσεις. Σε ότι αφορά την κακοποιητική σχέση, κεντρική θέση της φεμινιστικής θεώρησης είναι *«η άποψη ότι η οικονομικό-κοινωνική και ιστορική εξέλιξη των κοινωνικών δομών λειτουργεί άμεσα και έμμεσα στην ενίσχυση του πατριαρχικού μοντέλου που προάγει και καλλιεργεί την ανδρική κυριαρχία μέσα στους κόλπους της οικογένειας και των υπολοίπων κοινωνικών θεσμών. Η ανδρική κυριαρχία είναι η παραδειγματική μορφή της συμβολικής βίας.»* (Παπαμιχαήλ, 2004, σ. 55).

Σύμφωνα και με τους υποστηρικτές της φεμινιστικής θεώρησης, η ανισότητα στις σχέσεις των δύο φύλων, σχετίζεται με τον διαφορετικό βαθμό συμμετοχής των ανδρών και των γυναικών στον δημόσιο και στον ιδιωτικό χώρο. Ο δημόσιος χώρος θεωρείται ότι ανήκει στους άνδρες και είναι χώρος που υπερβαίνει τον ιδιωτικό ή οικιακό, όπως αλλιώς ονομάζεται. Ο χώρος αυτός είναι προνόμιο των ανδρών που τους επιτρέπει να έχουν δημόσια και συλλογική δράση και να ασκούν έλεγχο στις γυναίκες και στα παιδιά. Όσο οι γυναίκες περιορίζουν τα όρια τους μέσα στον ιδιωτικό χώρο και όσο οι άνδρες δεν συμμετέχουν στα του “οίκου” τόσο μεγαλώνει η ασυμμετρία στην σχέση τους. Επομένως οι ασύμμετρες σχέσεις των δύο φύλων δεν είναι αποτέλεσμα βιολογικών παραγόντων, αλλά συνέπεια της αναπαραγωγής των κοινωνικών θέσεων και ρόλων (Brownmiller, 1975).

Η κακοποίηση των γυναικών είναι αποτέλεσμα της πατριαρχίας, δηλαδή της αναπαραγωγής του μοντέλου της κυριαρχίας του άνδρα και της υποταγής της γυναίκας στην εξουσία του (Holderread-Heggen, 1993). Οι κοινωνίες δομούνται μέσα από το μοντέλο της πατριαρχίας και η ανδρική κυριαρχία διαποτίζει όλους τους κοινωνικούς θεσμούς, με πρώτη την οικογένεια (Bohan, 2002). Ειδικά στον χώρο της πολιτικής, η ανδρική κυριαρχία επιβάλλει την διαμόρφωση πολιτικών, σε βάρος των γυναικών.

Μέσα στα πλαίσια της πατριαρχικής κοινωνίας, η ισχύς και η εξουσία ανάμεσα στις γυναίκες και τους άνδρες είναι ασύμμετρη, αναπαράγοντας κοινωνικές ανισότητες εις βάρος των γυναικών. Οι άνδρες διαθέτουν οικονομική ανεξαρτησία και κοινωνική καταξίωση ενώ οι γυναίκες έχουν λιγότερη κοινωνική δύναμη για να αντιμετωπίσουν την βία των ανδρών. Κάθε υπονοούμενη ή πραγματική μορφή βίας κατά των γυναικών ωφελεί συνολικά τους άνδρες, καθώς διατηρεί τον έλεγχό τους και υπενθυμίζει στις γυναίκες την ευαλωτότητά τους απέναντι στην ανδρική εξουσία. Όλες οι μορφές ανδρικής βίας κατά των γυναικών, κρατούν τις γυναίκες “στη θέση τους” και κατά συνέπεια, ωφελούν τους άνδρες (Brownmiller, 1975). Υπό αυτές τις συνθήκες αρκετές γυναίκες υιοθετούν τον ρόλο της “υποδεέστερης” και τηρώντας μια παθητική στάση, συμβάλλουν στην διαίωνιση της πατρικής κυριαρχίας (Walker, 1989).

Η φεμινιστική θεώρηση στην ενδοοικογενειακή βία ανέδειξε την κοινωνική διάσταση του φαινομένου. Εστιάζει στην κοινωνία και όχι στο άτομο ως αίτιο της ανδρικής κακοποίησης. Η κυριαρχία του άνδρα είναι ιδεολογική και πολιτισμική. Η βία στην γυναίκα είναι μέσο και σκοπός διαίωνισης της ανδρικής εξουσίας (Brownmiller, 1975). Μια τέτοια ανάλυση “ρίχνει φως” στο κοινωνικό πλαίσιο της ανδρικής επιθετικότητας, που αναζητά δύναμη, κυριαρχία και ανδρικά προνόμια πίσω

από τα ξεσπάσματα βίας. Ο άνδρας καταφεύγει στην βία όταν η κυριαρχία του απειλείται (Walker, 1989).

Οι Dobash και Dobash (2015) μελέτησαν την ανά τους αιώνες ανδρική κυριαρχία επί των γυναικών γενικά και των συζύγων τους ειδικότερα. Οι πρώτοι γαμήλιοι νόμοι αναγνώριζαν την οικογένεια ως πεδίο εξουσίας του συζύγου. Οι γυναίκες υποχρεώνονταν να συμμορφωθούν στην βούλησή τους. Η σύζυγος θεωρούνταν ουσιαστικά ιδιοκτησία του άνδρα.

Με την πάροδο του χρόνου και ειδικά μετά τον 19ο και 20ο αιώνα, η νομική εξουσία των ανδρών εις βάρος των συζύγων αποδυναμώθηκε. Όμως η πατριαρχική αντίληψη που στηρίζει το “δικαίωμα” του άνδρα να ελέγχει τη γυναίκα του εξακολουθεί να υφίσταται (Dobash & Dobash, 2015).

Έρευνες που διενεργήθηκαν στις Η.Π.Α. την δεκαετία του 1980, απέδειξαν ότι οι άνδρες κακοποιούν τις συζύγους τους, επειδή αισθάνονται απειλή από τους μη παραδοσιακούς ρόλους φύλου και την αλλαγή στην ισορροπία εξουσίας μέσα στη σχέση.

Μια τέτοια έρευνα ήταν αυτή των Yllo και Straus. Οι Yllo και Straus (1990) εξέτασαν τη σχέση ανάμεσα στη συζυγική κακοποίηση και την πατριαρχική κοινωνική δομή, καθώς και την σχέση ανάμεσα στη συζυγική κακοποίηση και τους πατριαρχικούς κοινωνικούς κανόνες. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι η ενδοοικογενειακή βία ήταν υψηλότερη σε εκείνες τις πολιτείες όπου η δομική ανισότητα ήταν μεγαλύτερη. Καθώς η θέση των γυναικών βελτιωνόταν, το ποσοστό της κακοποίησης μειωνόταν. Ωστόσο στις 5 πολιτείες με την μεγαλύτερη ισότητα, τα ποσοστά της ενδοοικογενειακής βίας ήταν επίσης πολύ υψηλά.

Οι Yllo και Straus (1990) ερμήνευσαν τα αποτελέσματα αυτά ως εξής: Οι πολιτείες με υψηλότερα επίπεδα ισότητας αντανακλούν αυξημένες εντάσεις μέσα στον γάμο, επειδή οι άνδρες αισθάνονται απειλή από τους ραγδαία μεταβαλλόμενους ρόλους των φύλων και την ανακατανομή της εξουσίας μεταξύ ανδρών και γυναικών. Έτσι οι Yllo και Straus (1990) διαπίστωσαν μια γραμμική σχέση μεταξύ πατριαρχικών κανόνων και κακοποίησης συζύγων: όσο πιο πατριαρχικοί ήταν οι κανόνες σχετικά με την εξουσία μέσα στον γάμο, τόσο υψηλότερα ήταν τα ποσοστά κακοποίησης.

Η φεμινιστική προσέγγιση εξηγεί έως ένα βαθμό γιατί οι γυναίκες που υφίστανται βία μέσα στις σχέσεις τους δεν εγκαταλείπουν τους συντρόφους τους. Η εξήγηση είναι ότι μέσα στα πλαίσια των αξιών της πατριαρχικής κοινωνίας, η γυναίκα πείθεται ότι είναι εκείνη που έχει την ευθύνη για την διατήρηση της συντροφικής σχέσης. Ότι είναι εκείνη που κρατά την οικογένεια ενωμένη και επαφίεται στην “γυναικεία της φύση” να κρατήσει τον σύντροφο της (Walker, 1989).

5. Η ΒΙΑ ΣΤΑ ΖΕΥΓΑΡΙΑ - Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΕΞΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ

Η ενδοοικογενειακή βία είναι ένα βίαιο έγκλημα που διαπράττεται στο πλαίσιο μιας στενής διαπροσωπικής σχέσης. Σύμφωνα με την Hart (2015), η κακοποίηση των γυναικών είναι μια μορφή βίας, ένα είδος εξαναγκασμού, μέσω του οποίου ο δράστης επιδιώκει τον απόλυτο έλεγχο των σκέψεων και των πράξεων της συντρόφου του. Η ενδοοικογενειακή βία δεν είναι αποτέλεσμα ενδοψυχικής σύγκρουσης ή απορρύθμισης του συναισθήματος του δράστη αλλά ένας τρόπος άσκησης εξουσίας. Επομένως ο εξαναγκαστικός έλεγχος είναι μια έμφυλη μορφή κακοποίησης, με τους άνδρες να διαπράττουν δυσανάλογα καταναγκαστική και ελεγκτική συμπεριφορά εις βάρος των γυναικών.

Η θεωρία του εξαναγκαστικού ελέγχου βρίσκεται στον πυρήνα της κακοποίησης των συντροφικών σχέσεων. Η κακοποίηση είναι ένα διαρκές σύστημα εξουσίας μέσα στην σχέση. Είναι μια στρατηγική επιβολής. Ένα ολοκληρωτικό σύστημα που έχει ως στόχο την επιβολή στο άλλο μέλος της σχέσης. Ο Okun (1986) περιγράφει πως οι τακτικές που εφαρμόζουν πολλοί δράστες ενδοοικογενειακής βίας είναι ανάλογες με εκείνες που χρησιμοποιούσαν σε κρατούμενους στην κομμουνιστική Κίνα.

Η Kirkwood περιγράφει την κακοποίηση ως ένα “ιστό” όπου τα επιμέρους “νήματα” του, όπως η λεκτική και η σεξουαλική βία, “υφαίνουν” μια δυναμική στην σχέση που είναι πάνω από το άθροισμα των επιμέρους πράξεων (Kirkwood, 1993, σ. 58). Επίσης η Pitman (2017) αναφέρεται στην έννοια της “παγίδας” ως μια από τις στρατηγικές ελέγχου του ολιστικού μηχανισμού καταναγκασμού. Η “παγίδα” περιλαμβάνει πολλά “νήματα” και συνιστώσες κακοποίησης.

Ο Stark υποστηρίζει ότι ο εξαναγκασμός είναι «η χρήση βίας ή απειλών προκειμένου να εξαλειφθεί μια συγκεκριμένη αντίδραση του άλλου» (Stark, 2007, σ. 228). Ο δράστης με την επιτήρηση, παρακολούθηση και ρύθμιση της συμπεριφοράς της συντρόφου του, διασφαλίζει ότι η εκείνη θα αισθάνεται τον έλεγχο του ακόμα και όταν αυτός είναι απών. Σύμφωνα με τον Dutton (1992) η κακοποιητική συμπεριφορά δεν εμφανίζεται ως σειρά από ξεχωριστά περιστατικά αλλά αναπτύσσεται ως μέρος της σχέσης. Είναι μια πορεία συμπεριφορών που διαπερνά τον χρόνο και τον χώρο και δεν περιορίζεται σε ένα περιστατικό ή σε κάποιες μεμονωμένες κακοποιητικές πράξεις. Έχει ως στρατηγικό στόχο την κυριαρχία στην σχέση μέσα από τον σχεδιασμό και την οργάνωση κάθε πράξης. Ένας διαρκής φόβος εγκαθιδρύεται προκειμένου να περιοριστεί η όποια ενέργεια της συντρόφου.

Τα θύματα που έχουν την εμπειρία του εξαναγκαστικού ελέγχου βιώνουν συνεχή και επαναλαμβανόμενα τραύματα. Επίσης στην πλειοψηφία τους αντιλαμβάνονται την μη σωματική μορφή εξαναγκασμού, ως την πιο επιβλαβή από ότι τις μεμονωμένες σωματικές επιθέσεις (Kirkwood, 1993).

Στο σημείο αυτό, χρειάζεται να διευκρινιστεί ότι οι θεωρητικές προσεγγίσεις των τελευταίων δεκαετιών, κάνουν λόγο για την ύπαρξη δύο κύριων μοντέλων που περιγράφουν την βίαιη σχέση μεταξύ συντρόφων. Συγκεκριμένα η μελέτη του Johnson (1995), στηρίχθηκε στην μελέτη των μοτίβων ελέγχου στην σχέση του ζευγαριού και αναφέρεται α) στο μοντέλο της “κοινής βίας” και β) στο μοντέλο της “πατριαρχικής τρομοκρατίας”.

Σύμφωνα με τον Johnson, η βία που υπάρχει συνήθως στα ζευγάρια είναι αυτό που ονομάζει “κοινή” ή “περιστασιακή” βία. Αυτή η μορφή βίας είναι το αποτέλεσμα συγκρούσεων του ζευγαριού και μπορεί να κλιμακωθεί σε μια ήπια μορφή βίας, όμως

σπάνια εξελίσσεται σε ένα πιο σοβαρό επεισόδιο. Η βία αυτή, είναι συνήθως η απάντηση ενός μέλους, είτε του άνδρα είτε της γυναίκας, σε μια αγχωτική κατάσταση που προέρχεται από μια συναισθηματική φόρτιση και δεν στοχεύει στον έλεγχο του συντρόφου. Είναι προσωρινή, αμοιβαία, χαμηλής έντασης και συνήθως δεν κλιμακώνεται.

Αντιθέτως ο όρος “πατριαρχική τρομοκρατία” είναι το επικρατέστερο μοντέλο βίας που υπάρχει στην ενδοοικογενειακή βία και συνδέεται με την θεώρηση της φεμινιστικής προσέγγισης. Σύμφωνα με αυτό, η τρομοκρατία των γυναικών νομιμοποιείται μέσα από την πατριαρχική οργάνωση των κοινωνιών. Η βία ξεκινά από τον άνδρα με στόχο να ελέγξει την σύντροφό του και να διατηρήσει την κυριαρχία του. Η βία μπορεί να περιλαμβάνει διάφορες μορφές βίαιης συμπεριφοράς, από απειλές μέχρι την πρόκληση σωματικής βίας. Η βία είναι ένας συνεχής τρόπος επίδειξης ελέγχου και δεν παύει ακόμα και όταν έχει επιβληθεί στην σύντροφό του. Γι’ αυτό και είναι συχνή, χρόνια και κλιμακώνεται σε σοβαρά επεισόδια.

6. ΟΙ ΜΟΡΦΕΣ ΤΗΣ ΒΙΑΣ ΤΟΥ ΕΞΑΝΑΓΚΑΣΤΙΚΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ

Όλες οι μορφές βίας είναι πράξεις που αποσκοπούν στο να προκαλέσουν πόνο και βλάβη. Και όπως συμβαίνει με όλες τις μορφές βίας, κύριος στόχος του δράστη δεν είναι μόνο να προκαλέσει βλάβη αλλά και να περιορίσει την αυτοδιάθεση του θύματος (Dutton & Goland, 1995).

Σύμφωνα με τον Straus (1979), η ενδοοικογενειακή βία με την μορφή της “πατριαρχικής τρομοκρατίας” δηλαδή ως καταναγκαστική συμπεριφορά που έχει στόχο την εγκαθίδρυση και διατήρηση του εξαναγκασμού και του ελέγχου παίρνει 4 κύριες μορφές κακοποίησης: α) Σωματική, β) Σεξουαλική γ) Οικονομική και δ) Ψυχολογική.

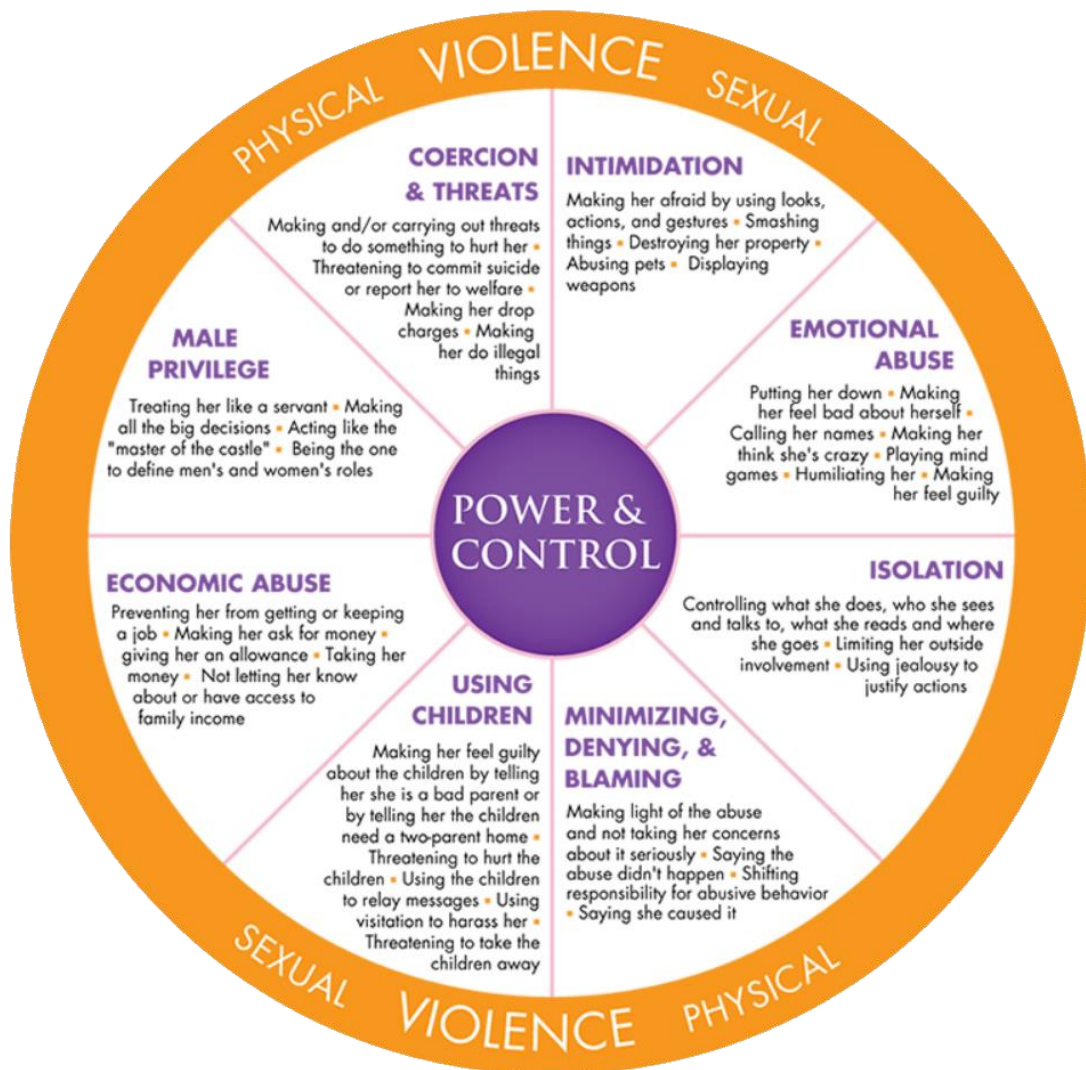
Ο Johnson (1995) υποστήριξε ότι η ενδοοικογενειακή βία δεν είναι ένα ενιαίο φαινόμενο, αλλά περιλαμβάνει διαφορετικούς τύπους βίας, που εμφανίζονται σε διαφορετικά πλαίσια. Αυτές οι επικαλυπτόμενες μορφές κακοποίησης συχνά εμφανίζονται ταυτόχρονα, ενισχύοντας την κυριαρχία του δράστη και δυσχεραίνοντας την απόφαση της γυναίκας να εγκαταλείψει την κακοποιητική σχέση.

Το Μοντέλο Duluth που αναπτύχθηκε στις Η.Π.Α. την δεκαετία του 1980, δείχνει ότι ενώ η κακοποιητική φύση της σωματικής βίας είναι εύκολα αναγνωρίσιμη, ο έλεγχος και ο καταναγκασμός αποτελούν τις πιο συχνές και επιζήμιες μορφές κακοποίησης και αποτελούν προειδοποιητικά σημάδια για φονικότητα (Dobash & Dobash, 2015).

Το Μοντέλο Duluth (Duluth Model, n.d.) εξετάζει τις πατριαρχικές απόψεις της κοινωνίας και τον τρόπο που αυτές επηρεάζουν την συμπεριφορά των ανδρών για να διατηρήσουν την κυριαρχία τους. Το Μοντέλο βασίζεται σε φεμινιστικές, κοινωνικές

και πολιτισμικές προσεγγίσεις κυριαρχίας και ελέγχου (Pence και Paymar, 1993) και διακρίνει την νομική ανισότητα από την πραγματική κοινωνική ανισότητα, διαμορφώνοντας ένα πλαίσιο που αναγνωρίζει τη βία ως έκφραση των δομών και των πεποιθήσεων μιας πατριαρχικής κοινωνίας. Οι παρεμβάσεις που βασίζονται στο Μοντέλο Duluth, επιδιώκουν ρητά την προσαρμογή της ισορροπίας δύναμης μεταξύ ανδρών και γυναικών (Pence & Paymar, 2003).

Το κύριο εργαλείο του Μοντέλου Duluth είναι ο “Τροχός Εξουσίας και Ελέγχου”, που περιγράφει πώς οι άνδρες χρησιμοποιούν τα ανδρικά προνόμια, την συναισθηματική και οικονομική κακοποίηση, την σωματική βία, τον εκφοβισμό και την απομόνωση για να ελέγξουν τις γυναίκες τους.



Σχήμα 1: Ο τροχός εξουσίας και ελέγχου (βλ. παράρτημα)

6.1. Η σωματική κακοποίηση

Ο δράστης ασκώντας σωματική βία στέλνει ένα σαφές μήνυμα στο θύμα: “Μπορώ να κάνω σου πράγματα που δεν θέλεις να σου συμβούν”. Μια τέτοια βία μπορεί να επιδεικνύει την ανισότητα στην κοινωνική ισχύ ή να στοχεύει στην προώθηση συγκεκριμένων επιτακτικών απαιτήσεων, μέσω του εξαναγκασμού. Η σωματική βία στην ενδοοικογενειακή βία, εξακολουθεί να αποτελεί ένα διαδεδομένο φαινόμενο σε κάθε χώρα (Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης, 2011).

Η σωματική κακοποίηση μπορεί να είναι είτε ελεγχόμενη είτε παρορμητική και να συνίσταται σε σωματικές επιθέσεις (Walker, 1989). Ο δράστης μπορεί να προκαλέσει είτε εσωτερικούς τραυματισμούς, όπως σπασμένα πλευρά και κόκαλα, είτε εξωτερικούς τραυματισμούς όπως μελανιές, εγκαύματα με ζεστό νερό, με φωτιά ή με μαχαιριές. Μπορεί να προκαλέσει πολύ σοβαρούς τραυματισμούς όπως χτυπήματα στο κεφάλι. Αντί για το πρόσωπο ή τα άκρα μπορεί να τραυματίσει την γυναίκα σε μέρη του σώματος όπου τα σημάδια δεν είναι εμφανή, όπως ο κορμός. Άλλες μορφές σωματικής κακοποίησης που δεν αφήνουν ίχνη, είναι όταν ο δράστης βάζει το κεφάλι του θύματος στην τουαλέτα ή όταν το εξαναγκάζει να κάνει μπάνιο με παγωμένο νερό.

Η σωματική παραμέληση, όπως η άρνηση ή η αφαίρεση τροφής, στέγης και ρούχων, ανήκει επίσης στην σωματική κακοποίηση. Η σωματική κακοποίηση περιλαμβάνει ακόμη την ρίψη αντικειμένων, τις κλωτσιές, τις σφαλιάρες, τα χτυπήματα, τα σπρωξίματα, το τράβηγμα των μαλλιών και τις απόπειρες στραγγαλισμού (Hirigoyen, 2005).

Πιο ήπιες μορφές κακοποίησης είναι το σπρώξιμο ή το τράβηγμα. Παρότι αυτές οι ενέργειες δεν θεωρούνται “καθαρά” μορφές σωματικής βίας αποτελούν ταπεινωτικές συμπεριφορές που αποσκοπούν στο να κρατήσουν την γυναίκα υπό

έλεγχο του δράστη. Σύμφωνα με την Mills (1999), οι ήπιες μορφές σωματικής βίας αποτελούν προειδοποιητικά σημάδια επειδή είναι συνήθως ένδειξη για πιο ακραίες πράξεις επιθετικότητας.

Ορισμένες γυναίκες εκτίθενται σε σοβαρή σωματική βία, στην οποία μπορεί να χρησιμοποιηθούν και αιχμηρά ή φονικά αντικείμενα όπως μαχαίρια ή/και πυροβόλα όπλα. Σύμφωνα με τους Bennet, Goodman & Dutton (2007) ο θάνατος που προκύπτει από σωματικούς τραυματισμούς είναι η φρικτή κατάληξη για αρκετές από τις γυναίκες που βρίσκονται σε κακοποιητικές σχέσεις.

6.2. Η σεξουαλική κακοποίηση

Οι Campbell και Soeken (1999), τονίζουν ότι σχεδόν οι μισές από τις γυναίκες που υφίστανται σωματική κακοποίηση αναφέρουν εξαναγκασμό για σεξουαλική επαφή, ενώ κάποιες άλλες γυναίκες, κακοποίησε κατά την σεξουαλική επαφή. Επίσης συχνά αναφέρουν ότι από την εξαναγκαστική και βίαιη σεξουαλική επαφή προκαλούνται τραυματισμοί και αυξημένα ποσοστά σεξουαλικά μεταδιδόμενων νοσημάτων, μεταξύ των οποίων και ο HIV.

Σύμφωνα με την Wiehe (1998, σ. 6) η σεξουαλική κακοποίηση συμβαίνει όταν ο δράστης απαιτεί σεξουαλική δραστηριότητα χωρίς την συναίνεση της γυναίκας. Η Wiehe αναφερόμενη επίσης και στο θέμα του συζυγικού βιασμού, τονίζει ότι ο άνδρας θεωρεί ότι έχει το δικαίωμα και το προνόμιο να έχει σεξουαλικές επαφές με την σύντροφο του όποτε θέλει και με οποιονδήποτε τρόπο επιθυμεί, χωρίς να λαμβάνει υπόψη τις διαθέσεις της.

Επίσης σύμφωνα με τους Johnson & Johnson (2017), ως σεξουαλική κακοποίηση χαρακτηρίζεται κάθε συμπεριφορά που αντιμετωπίζει την γυναίκα ως σεξουαλικό αντικείμενο. Επιπλέον στην καταναγκαστική ερωτική επαφή περιλαμβάνουν το γδύσιμο, τις υποτιμητικές προσφωνήσεις και την πρόκληση πόνου κατά την σεξουαλική επαφή. Επίσης τονίζουν ότι η σεξουαλική κακοποίηση αποτελεί ένα θέμα ταμπού για αρκετές γυναίκες.

Οι στερεοτυπικοί ρόλοι του φύλου οδηγούν σε αύξηση της σεξουαλικής κακοποίησης. Υπάρχουν γυναίκες που δεν συνειδητοποιούν ότι έχουν δικαιώματα και επιθυμίες και πολλές φορές δέχονται να κάνουν ό,τι τους ζητά ο σύντροφός τους, επειδή πιστεύουν ότι το “σωστό” είναι να υποχωρούν. Άλλες γυναίκες αισθάνονται δυσφορία για ορισμένες σεξουαλικές πράξεις που ζητούνται από τους συντρόφους

τους, παρότι τελικά μπορεί να συναινούν με αυτές, επειδή το θεωρούν υποχρέωση προς εκείνους (Walker, 1989).

Σύμφωνα με την Hirigoyen (2005), η σεξουαλική κακοποίηση συχνά ενισχύεται από έναν άτυπο κώδικα σιωπής. Ορισμένες γυναίκες δεν μιλούν για αυτή την μορφή κακοποίησης από ντροπή, ενοχή και φόβο ότι μπορεί να διαλύσουν την οικογένεια τους. Οι γυναίκες διατηρούν αυτόν τον κώδικα σιωπής και λόγω του κοινωνικού στίγματος. Γι' αυτό και από τις 4 μορφές κακοποίησης, η σεξουαλική βία καταγγέλλεται λιγότερο συχνά.

6.3. Η οικονομική κακοποίηση

Μέσα σε μια συντροφική σχέση, ως οικονομική κακοποίηση ορίζονται οι τακτικές που χρησιμοποιεί ο κακοποιητής για να ελέγξει την ικανότητα της συντρόφου του να αποκτή ή να διατηρεί οικονομικά και περιουσιακά στοιχεία. Η Adams (2011) κάνει λόγο για 3 διαστάσεις της οικονομικής κακοποίησης στα πλαίσια της ενδοοικογενειακής βίας: α) τον οικονομικό έλεγχο, β) την οικονομική εκμετάλλευση και γ) το “σαμποτάζ”, όπως αποκαλείται ο περιορισμός στην εργασία.

Στην περίπτωση του οικονομικού ελέγχου η γυναίκα υφίσταται αυστηρό έλεγχο των οικονομικών πόρων και των δαπανών της. Αυτή η μορφή σημαίνει την άρνηση της οικονομικής υποστήριξης της γυναίκας και σε ακραίες περιπτώσεις την στέρηση των αναγκαίων για εκείνη αγαθών όπως της τροφής, της στέγης, της υγείας ή της εκπαίδευσης της. Ακόμα και όταν έχει δικά της χρήματα, ο σύζυγος της μπορεί να μην της επιτρέπει να τα διαχειριστεί ή να έχει πρόσβαση αυτά. Ακόμα και όταν έχει τραπεζικούς λογαριασμούς ή κάρτες μπορεί να μην έχει τους συγκεκριμένους κωδικούς πρόσβασης. Η έγκριση του συντρόφου, να της είναι απαραίτητη είτε πρόκειται να κάνει κάποια μικρή αγορά είτε να προβεί σε μια σημαντική οικονομική ενέργεια.

Σε περιπτώσεις οικονομικής εκμετάλλευσης, η γυναίκα μπορεί εργάζεται αλλά να δίνει όλο τον μισθό στον σύντροφό της. Σε άλλες περιπτώσεις, η διαχείριση και ο έλεγχος των χρημάτων να γίνεται από τον σύντροφο με αποτέλεσμα την οικειοποίηση των χρημάτων και της περιουσίας της από εκείνον. Η διαχείριση των οικονομικών αποκλειστικά από τον σύντροφο, κάποιες φορές μπορεί να οδηγεί στην κακοδιαχείριση ή στην κατασπατάληση των οικογενειακών χρημάτων με συνέπεια την οικονομική καταστροφή της γυναίκας (Walker, 1989).

Σε αρκετές γυναίκες καλλιεργείται η στρεβλή αντίληψη ότι είναι υπεύθυνες μόνο για τον χώρο του σπιτιού και ότι όλες οι δραστηριότητες της πρέπει να περιορίζονται στα οικιακά και στην ανατροφή των παιδιών. Πείθεται ότι της αρκούν ελάχιστα χρήματα και γι' αυτό δεν της επιτρέπεται να εργάζεται και να κερδίζει χρήματα. Ο περιορισμός της εργασίας συνδέεται επίσης και με τις απαγορεύσεις για την πρόσβαση στο σχολείο ή στις σπουδές της. Αυτές είναι οι περιπτώσεις στις οποίες ανήκει στο λεγόμενο “σαμποτάζ” στην εργασία (Hirigoyen 2005).

Η έρευνα των Mellar και συν. (2024) για την οικονομική κακοποίηση των γυναικών, που διεξήχθη στην Ν. Ζηλανδία έδειξε ότι το 15% των γυναικών που είχαν κάποια στιγμή σύντροφο στην ζωή τους, είχαν υποστεί κάποια μορφής οικονομική κακοποίηση. Η πιο συχνή πράξη ήταν η άρνηση παροχής χρημάτων για τα οικιακά έξοδα, την οποία ανέφερε το 8,8% του δείγματος. Το μεγαλύτερο ποσοστό οικονομικής κακοποίησης 21,7% υφίσταντο γυναίκες που είτε ήταν άνεργες είτε απασχολούνταν κυρίως με οικιακά καθήκοντα. Επίσης γυναίκες που ζούσαν σε περιοχές χαμηλού ή μετρίου κοινωνικού και οικονομικού επιπέδου, ανέφεραν μεγαλύτερα ποσοστά οικονομικής κακοποίησης από τον σύντροφο τους.

Στην ίδια έρευνα φάνηκε ότι η αναφορά μιας τουλάχιστον πράξης οικονομικής κακοποίησης συνδέεται σημαντικά με την εμπειρία και όλων των άλλων 4 μορφών βίας. Η ισχυρότερη εκτίμηση εντοπίστηκε για την ψυχολογική κακοποίηση, καθώς οι γυναίκες που ανέφεραν οικονομική κακοποίηση είχαν 25% περισσότερες πιθανότητες να αναφέρουν μια εμπειρία, με τουλάχιστον δύο κακοποιητικές συμπεριφορές.

6.4. Η ψυχολογική κακοποίηση

Η ψυχολογική κακοποίηση είναι μια καλυμμένη μορφή κακομεταχείρισης που αφήνει διαρκή “ίχνη” στο ψυχισμό της γυναίκας και υπονομεύει την συναισθηματική της ευημερία. Παρόλο που αυτή η μορφή βίας δεν αφήνει “σημάδια” στο σώμα, η επίδρασή της είναι βαθιά και μακροχρόνια. Η ψυχολογική κακοποίηση περιλαμβάνει ένα ευρύ φάσμα συμπεριφορών και προκαλεί σοβαρή βλάβη στην γυναίκα (Hirigoyen, 2005 · Walker, 1995). Τέτοιες συμπεριφορές είναι:

- Λεκτική επιθετικότητα
- Σύγχυση και εξαπάτηση του νου (Gaslighting)
- Απομόνωση
- Συναισθηματική παραμέληση
- Ζήλεια
- Απειλές

Οι Follingstad και Dehart (2000) υποστηρίζουν ότι η ψυχολογική κακοποίηση προκαλεί μια συστηματική καταστροφή του αισθήματος ασφάλειας της γυναίκας, η οποία συμβαίνει συχνά σε σχέσεις εξαναγκασμού και ελέγχου.

- ο Λεκτική επιθετικότητα

Η λεκτική κακοποίηση είναι μια ισχυρή και υποτιμημένη μορφή ψυχολογικής κακομεταχείρισης που συχνά προηγείται της σωματικής κακοποίησης (Karakurt & Silver, 2013). Περιλαμβάνει την χρήση “σκληρών” λέξεων και ένα ευρύ φάσμα αρνητικών προτύπων επικοινωνίας από τις άμεσες προσβολές και τις κοροϊδίες, μέχρι πιο συγκαλυμμένες εκφράσεις, όπως ο σαρκασμός, η υποτίμηση και οι διαρκείς επικρίσεις. Αυτές οι πρακτικές συχνά δημιουργούν ένα αρνητικό επικοινωνιακό περιβάλλον όπου η κακοποιητική γλώσσα κανονικοποιείται (Hirigoyen, 2005).

Η λεκτική κακοποίηση συμβάλλει στην ανάπτυξη ενός αρνητικού εσωτερικού διαλόγου. Η γυναίκα συνηθίζει να ακούει τα προσβλητικά σχόλια και σταδιακά εσωτερικεύει τα επικριτικά λόγια που χρησιμοποιεί ο κακοποιητής σύντροφος της. Ο αρνητικός εσωτερικός διάλογος επηρεάζει τις σκέψεις, τα συναισθήματα και τις συμπεριφορές της. Η εσωτερίκευση των αρνητικών μηνυμάτων με την πάροδο του χρόνου οδηγεί σε αίσθημα ντροπής, ενοχής και ακαταλληλότητας. Σταδιακά αλλοιώνεται και η οπτική της για τις ικανότητες και την αυταξία της (Follingstad & Dehart, 2000).

- ο Σύγχυση και εξαπάτηση του νου (Gaslighting)

Η εξαπάτηση του νου είναι μια ιδιαίτερα ύπουλη μορφή ψυχολογικής κακοποίησης που περιλαμβάνει την σκόπιμη χειραγώγηση και την διαστρέβλωση της πραγματικότητας. Πρόκειται για μια παραπλανητική μέθοδο κατά την οποία ο δράστης προσπαθεί σκόπιμα να υπονομεύσει την αίσθηση της πραγματικότητας της γυναίκας (March και συν., 2023).

Ο εξαπάτηση του νου μπορεί να λάβει διάφορες μορφές, όπως την άρνηση των γεγονότων, την παρουσίαση παραπλανητικών πληροφοριών και την υποτίμηση των εμπειριών της γυναίκας. Η διαστρέβλωση της πραγματικότητας είναι συγκαλυμμένη αλλά ισχυρή, με τον δράστη να αποδυναμώνει σταδιακά την πίστη στις αισθήσεις της. Στόχος του είναι να επιβάλει την κυριαρχία και τον έλεγχο στην ερμηνεία των γεγονότων, των συναισθημάτων και στην ταυτότητα της γυναίκας, δημιουργώντας ένα περιβάλλον σύγχυσης και ανασφάλειας (Sweet, 2019).

Η γυναίκα εσωτερικεύει τις αμφιβολίες για τον εαυτό της και η εσωτερίκευση αυτή δημιουργεί έναν φαύλο κύκλο αρνητικής ανατροφοδότησης, μειώνοντας συνεχώς την πίστη στον εαυτό της (Follingstad, 2007). Σταδιακά αρχίζει να αποδέχεται την εκδοχή της πραγματικότητας που της παρουσιάζει ο δράστης, να εγκαταλείπει τις δικές της πεποιθήσεις και απόψεις και να περιορίζει την αυτονομία και την δράση της.

Σε ένα γενικότερο πλαίσιο η τακτική της σύγχυσης επηρεάζει και τις διαπροσωπικές σχέσεις της γυναίκας, μειώνοντας την ικανότητά της να εμπιστεύεται τους άλλους και να δημιουργεί ουσιαστικές σχέσεις.

- Απομόνωση

Η απομόνωση είναι μια ακόμη συχνή τακτική των κακοποιητικών συντρόφων. Η ανισορροπία δύναμης στην σχέση οδηγεί στην απομόνωση της γυναίκας, περιορίζοντας την πρόσβασή της σε εξωτερικά συστήματα υποστήριξης.

Ο δράστης συχνά απομονώνει την γυναίκα σκόπιμα, περιορίζοντας ή απαγορεύοντας την επικοινωνία της με τους φίλους, την οικογένεια και άλλα δίκτυα υποστήριξης (Joksimovic και συν., 2025). Η απομόνωση δημιουργεί μια κατάσταση

όπου η γυναίκα γίνεται ολοένα και πιο εξαρτημένη από τον δράστη καταλήγοντας να είναι ο μόνος που της παρέχει συναισθηματική και οικονομική υποστήριξη. Οι εξωτερικοί δεσμοί της διακόπτονται, περιορίζοντας την πρόσβαση της σε εναλλακτικά δίκτυα υποστήριξης, με αποτέλεσμα να ενισχύεται η εξουσία του.

Η αυτονομία της γυναίκας και η ικανότητά της να παίρνει αποφάσεις επηρεάζονται αρνητικά από την απομόνωση. Ο δράστης γίνεται η κύρια πηγή πληροφοριών, καθοδήγησης και επιβεβαίωσης για εκείνη, υπονομεύοντας περαιτέρω την εμπιστοσύνη στην κρίση της (Waller & Forinder, 2025). Η έλλειψη διαφορετικών απόψεων και εξωτερικής ανατροφοδότησης εμποδίζει την γυναίκα να αναπτύξει μια πεποίθηση επάρκειας, ενώ αντιθέτως συμβάλλει στην διαμόρφωση μιας αίσθησης αδυναμίας.

Οι ψυχολογικές συνέπειες της κοινωνικής απομόνωσης υπερβαίνουν την απώλεια των εξωτερικών σχέσεων. Οι γυναίκες συχνά βιώνουν, απελπισία και διαρκή μοναξιά. Η απομόνωση ενισχύει την συναισθηματική επίδραση της κακοποίησης, καθιστώντας δύσκολο για εκείνες να αναγνωρίσουν τη βλαπτική φύση της σχέσης τους και να ζητήσουν βοήθεια (Hirigoyen, 2005).

- Συναισθηματική παραμέληση

Η συναισθηματική παραμέληση είναι μια ισχυρή μορφή ψυχολογικής βίας που ασκείται από τον δράστη και χαρακτηρίζεται από την έλλειψη συναισθηματικής υποστήριξης, επιβεβαίωσης και ανταπόκρισης στην σχέση (Webb, 2022).

Ο δράστης παραμελώντας συναισθηματικά την γυναίκα του συμβάλλει στην καλλιέργεια της πεποίθησης ότι δεν της αξίζει η αγάπη και η φροντίδα. Η ύπαρξη μια δυσάρεστης συναισθηματικής σχέσης της δημιουργεί την αίσθηση ότι είναι ασήμαντη

και ανεπιθύμητη. Με αυτόν τον τρόπο ο δράστης ενσταλάζει την πεποίθηση ότι οι συναισθηματικές της ανάγκες δεν είναι σημαντικές και ότι δεν είναι απαραίτητο να ικανοποιούνται (Kotikalapudi & Daka, 2025).

Η γυναίκα δυσκολεύεται να κατανοήσει και να εκφράσει τα συναισθήματα και τις επιθυμίες της. Η απουσία συναισθηματικής επιβεβαίωσης την εμποδίζει να σχηματίσει μια συνεκτική εικόνα του εαυτού της (Loring, 1994, σ. 5). Αισθανόμενη κατακερματισμένη και αποξενωμένη, συχνά καταλήγει να συμμορφώνεται στις απαιτήσεις του δράστη, για να έχει την αποδοχή του. Άλλες φορές καταπιέζει τα πραγματικά της συναισθήματα, προκειμένου να αποφύγει τα επεισόδια βίας (Walker, 1989).

Ο δράστης παραμελώντας την γυναίκα του, την αφήνει συναισθηματικά μετέωρη και καθώς εκείνη δυσκολεύεται να νιώσει συναισθηματική πληρότητα καθίσταται ευάλωτη στην επιρροή του. Αυτή η ψυχική ευαλωτότητά σε συνδυασμό με την έλλειψη πίστης στον εαυτό της, την δυσκολία στον καθορισμό ορίων στην σχέση της και στην έκφραση των αναγκών της, επιτρέπουν στον δράστη να διατηρεί τον έλεγχο του σε εκείνη (Hirigoyen, 2005).

- Ζήλεια

Σύμφωνα με την White (1981, σ. 4) η ζήλια *«ορίζεται ως ένα σύνθετο σύνολο συναισθημάτων, σκέψεων ή ενεργειών που συνοδεύονται από εκφράσεις ελέγχου, θυμού, απογοήτευσης, έντασης και ταπείνωσης, μετά από μια απειλή για την ύπαρξη ή την ποιότητα μιας σχέσης»*.

Υπό αυτή την έννοια το συναίσθημα της ζήλιας συχνά αξιοποιείται χειριστικά από τον δράστη για να αιτιολογήσει την επιθετική του συμπεριφορά ή την αντίδραση

του, με το πρόσχημα ότι έτσι προστατεύει την σχέση. Με αυτόν τον τρόπο ο δράστης μεταφράζει τον έλεγχο σε ζήλεια.

Η ζήλεια αποτελεί στοιχείο δύναμης για έναν ελεγκτικό και κακοποιητικό σύζυγο. Στην πλειονότητα των περιπτώσεων, η παθολογική ζήλεια που αισθάνεται ο δράστης δεν συνδέεται με κάποια πραγματική απειλή απιστίας ή διάλυσης της σχέσης αλλά είναι ένας τρόπος για να απαιτήσει την αποκλειστικότητα της (Hirigoyen, 2005).

Η ζήλεια θεωρείται προειδοποιητικό σημάδι φονικότητας, ειδικά αν εμφανιστεί αρκετές φορές στα αρχικά στάδια της σχέσης. Επίσης εκτιμάται ως υψηλός παράγοντας εμφάνισης βίας και κακοποίησης στην σχέση (Walker, 1989).

- ο Απειλές

Το συνεχές μοτίβο συναισθηματικής κακοποίησης στην ενδοοικογενειακή βία περιλαμβάνει και τις απειλές που ως στόχο έχουν τον εκβιασμό, τον έλεγχο ή την πρόκληση βλάβης στην γυναίκα. Ο δράστης μπορεί να γίνει απειλητικός χρησιμοποιώντας τηλεφωνικές κλήσεις και επαναλαμβανόμενα μηνύματα στο κινητό, στο ηλεκτρονικό ταχυδρομείο και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης (4^η Ετήσια Έκθεση για την Βία κατά των Γυναικών, 2023).

Η Briggs (2018) επισημαίνει μια αναδυόμενη τάση στη χρήση ψηφιακών μέσων και τεχνολογίας για τον έλεγχο και την κακοποίηση των γυναικών. Οι δράστες χρησιμοποιούν νέους τρόπους για να απειλούν τις γυναίκες τους, μέσω της διευρυμένης χρήσης των ψηφιακών εργαλείων και της τεχνολογίας και έτσι τις κρατούν υπό τον έλεγχο τους. Επεκτείνοντας την κακοποιητική τους συμπεριφορά σε φυσικά και σε ψηφιακά περιβάλλοντα, μπορούν πλέον να διατηρούν τον έλεγχο και να απειλούν χωρίς γεωγραφικούς περιορισμούς. Έτσι ασκούν μια βία “χωρίς χώρο”. Αυτή η απουσία

φυσικού περιορισμού, αφήνει τις γυναίκες εκτεθειμένες σε μια διαρκή απειλή (Harris, 2018).

Διαμορφώνεται έτσι ένα ευνοϊκό έδαφος για τη συνέχιση της βίας ακόμα και εάν υπάρξει απομάκρυνση της γυναίκας από τον δράστη. Έτσι αντί μετά από έναν χωρισμό οι επαφές τους να διακόπτονται, οι δράστες αξιοποιώντας την ευκολία που τους δίνει η πρόσβαση στα κοινωνικά δίκτυα, δημιουργούν ένα νέο “ιστό” εμπλοκής και μέσω απειλών, συνεχίζουν να ασκούν τον έλεγχο τους.

7. Η ΘΕΩΡΙΑ ΤΟΥ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΟΥ ΔΕΣΜΟΥ

Η φεμινιστική θεώρηση και ο εξαναγκαστικός έλεγχος δεν εξηγούν επαρκώς γιατί αρκετές γυναίκες που βιώνουν κακοποίηση, παραμένουν στις σχέσεις τους. Ενώ αντιλαμβάνονται ότι μια τέτοια σχέση είναι καταστροφική, συνεχίζουν να παραμένουν με τον σύντροφο τους. Ένας παράγοντας που εξηγεί αυτό το φαινόμενο είναι η θεωρία του συναισθηματικού δεσμού.

Ο Bowlby εισηγητής της θεωρίας του δεσμού, εστίασε στην έννοια της προσκόλλησης και στην επίδραση της, στην διαμόρφωση των διαπροσωπικών σχέσεων. Σύμφωνα με τον Bowlby, το βρέφος αναπτύσσει ένα σύστημα δεσμού, με το άτομο που το φροντίζει. Η έμφυτη αυτή τάση, που είναι κοινή σε όλα τα θηλαστικά, διασφαλίζει την επιβίωση του βρέφους. Ο Bowlby θεωρεί ότι αυτό το σύστημα ενεργοποιεί τους γνωστικούς, συμπεριφορικούς και συναισθηματικούς μηχανισμούς του βρέφους και σχετίζεται με την χωρική εγγύτητα και την σχέση του με τον φροντιστή. Το σύστημα στοχεύει στην επίτευξη της προστασίας και της ασφάλειας του βρέφους (Bowlby, 1988).

Ο Bowlby και οι συνεργάτες του μελέτησαν τα νήπια που αποχωρίζονται τους γονείς για να τοποθετηθούν σε ιδρύματα. Αναφερόμενος στην τραυματική αυτή εμπειρία παρουσίασε την παρακάτω διαδοχή των μοντέλων συμπεριφοράς.

- Έντονη διαμαρτυρία
- Απόγνωση
- Συναισθηματική αποδέσμευση

Η Ainsworth (1969) εφάρμοσε την πειραματική “Συνθήκη του Ξένου” για να μελετήσει τον τύπο δεσμού ανάμεσα στον γονέα και στο παιδί βάσει της αλληλεπίδρασης τους, για να διαπιστώσει πως αυτός ο τύπος δεσμού επηρεάζει την διαμόρφωση της προσωπικότητας. Έτσι κατέληξε στους παρακάτω τύπους:

- Ασφαλής Δεσμός

Το βρέφος δείχνει δυσφορία όταν η μητέρα το αποχωρίζεται. Στην συνέχεια προσαρμόζεται στην απουσία της και όταν εκείνη επιστρέφει την υποδέχεται ξανά με χαρά. Το βρέφος έχει καλή αλληλεπίδραση με την μητέρα του και δείχνει εμπιστοσύνη ότι οι ανάγκες του θα καλυφθούν.

- Αγχώδης / Αμφιθυμικός/ Εμμονικός δεσμός

Το βρέφος εκφράζει θυμό και έντονη δυσφορία όταν η μητέρα φεύγει και αντιδρά έντονα. Όταν η μητέρα επιστρέφει δυσκολεύεται να το ηρεμήσει. Το βρέφος έχει αμφίσημη συμπεριφορά απέναντι της. Άλλοτε μπορεί να είναι προσκολλημένο σε εκείνη και άλλοτε να εμφανίζει συναισθηματικές εκρήξεις.

- Απορριπτικός/Αποφευκτικός δεσμός

Το βρέφος αδιαφορεί όταν η μητέρα του αποχωρεί. Η συμπεριφορά του απέναντι της είναι απορριπτική και αδιάφορη είτε είναι παρούσα είτε είναι απύουσα.

Σύμφωνα με την Ainsworth (1969) οι ατομικές διαφορές στην ποιότητα του δεσμού οφείλονται στην υπόθεση του βαθμού της μητρικής ευαισθησίας. Η υπόθεση σχετίζεται με το πώς η μητέρα ρυθμίζει τα αρνητικά συναισθήματα του νηπίου βάσει των εμπειριών από τις δικές της γονικές σχέσεις. Επομένως η συναισθηματικά ευαίσθητη μητέρα είναι αυτή που ανταποκρίνεται στα σήματα και στις μη λεκτικές

συμπεριφορές του νηπίου όπως το κλάμα και δεν τα παραφράζει μέσα από δικές της αντιλήψεις, ανάγκες ή προβολές. Κατά επέκταση οι διαφορές δεσμού με τον γονέα επηρεάζουν την συναισθηματική επικοινωνία του παιδιού και την ποιότητα του δεσμού του (Ainsworth 1969).

Ο Bowlby υποστήριξε ότι οι εμπειρίες της πρώτης παιδικής ηλικίας “λαξεύουν” αργά και σταθερά στον παιδικό νου, ασυνείδητους μηχανισμούς, οι οποίοι αποκαλούνται “εσωτερικά μοντέλα δεσμών” και επηρεάζουν την διαμόρφωση του ενήλικου τύπου δεσμού. Σύμφωνα με τον Bowlby (1988) αυτές οι εσωτερικές αναπαραστάσεις των δεσμών αντανακλούν το πρότυπο του εαυτού και το πρότυπο του άλλου. Δηλαδή τον βαθμό που το άτομο θεωρεί ότι είναι άξιο αγάπης και προσοχής και τον βαθμό στον οποίο προσδοκεί ότι οι άλλοι θα ανταποκριθούν θετικά.

Οι Shaver και Hazen (1988) εξέτασαν την επίδραση της θεωρίας του Bowlby στις συντροφικές σχέσεις. Υποστήριξαν ότι το στυλ του δεσμού που διαμορφώνεται στην παιδική ηλικία, εκδηλώνεται σε όλες τις μετέπειτα σχέσεις και κυρίως στις συντροφικές. Καθ’ όλη την διάρκεια της ανάπτυξης συμβαίνουν αλλαγές στην δομή και στο περιεχόμενο των σχέσεων δεσμού που συνάπτει. Έτσι ενώ σε μια σχέση βρέφους - φροντιστή, ο δεσμός μπορεί είναι ασύμμετρος και συμπληρωματικός, στην ενήλικη σχέση μπορεί να είναι συμμετρικός ή αμοιβαίος.

Ο Bartholomew (1990) αξιολόγησε αυτές τις διαφορές στις ποιότητες του δεσμού των ενηλίκων ενσωματώνοντας την αντίληψη του Bowlby για το πρότυπο του εαυτού και του άλλου. Στην συνέχεια διέκρινε 4 τύπους δεσμού:

- Ασφαλής Δεσμός

Το άτομο με ασφαλή δεσμό έχει θετική αντίληψη για τον εαυτό του και για τους άλλους. Χαρακτηρίζεται από υψηλή αυτοεκτίμηση. Έχει την ικανότητα να δημιουργεί στενούς δεσμούς χωρίς να χάνει την αίσθηση του εαυτού του. Δημιουργεί σχέσεις με υγιή όρια διατηρώντας την αυτονομία του.

- Αγχώδης Δεσμός

Το άτομο αυτού του τύπου έχει αρνητική αντίληψη για τον εαυτό του και για τους άλλους. Χαρακτηρίζεται από χαμηλή αυτοεκτίμηση και αποφεύγει την οικειότητα λόγω του φόβου της απόρριψης. Παρότι έχει επιθυμία για κοινωνική επαφή, ο φόβος το οδηγεί είτε στην προσκόλληση είτε στην αποστασιοποίηση. Μέσα στις σχέσεις του νιώθει άγχος και αβεβαιότητα. Άλλοτε δίνει την αίσθηση ότι είναι προσκολλημένο και άλλοτε ότι είναι ανασφαλές.

- Προσκολλητικός Δεσμός

Το άτομο αυτού του τύπου έχει αρνητική αντίληψη για τον εαυτό του και θετική για τους άλλους. Χαρακτηρίζεται από χαμηλή αυτοεκτίμηση και εξάρτηση από την αγάπη και την αποδοχή των άλλων. Είναι υπερβολικά εμπλεκόμενο στις σχέσεις του και απαιτητικό με την ικανοποίηση των αναγκών του.

- Απορριπτικός Δεσμός

Το άτομο αυτού του τύπου έχει θετική αντίληψη για τον εαυτό του και αρνητική για τους άλλους. Είναι υπερβολικά ανεξάρτητο και συχνά υποτιμά την σημασία των στενών σχέσεων. Το άτομο που ανήκει στον απορριπτικό δεσμό δυσκολεύεται να νιώσει οικειότητα στις σχέσεις του. Συχνά μπορεί να φαίνεται ψυχρό ή απόμακρο.

Σε ότι αφορά τις γυναίκες θύματα βίας, η προσδοκία μιας γυναίκας να νιώσει ασφάλεια και ικανοποίηση μέσα από την σχέση της έρχεται σε αντίφαση με την κακοποιητική συμπεριφορά του συντρόφου της, όταν η ύπαρξη της απειλείται από το πρόσωπο που αγαπά. Η θεωρία του δεσμού προσφέρει ένα μοντέλο κατανόησης της δυναμικής της κακοποιητικής σχέσης.

Οι Shaver και Hazen (1988) ερευνούν την ενσωμάτωση 3 παραγόντων συμπεριφοράς στην έννοια της ρομαντικής αγάπης: τον δεσμό, την φροντίδα και την σεξουαλική έλξη. Ο δεσμός, υποστηρίζουν είναι το πρώτο σύστημα που αναπτύσσεται και επηρεάζει τα άλλα δύο, δηλαδή την φροντίδα και την σεξουαλική έλξη.

Προσπαθώντας να γίνει κατανοητή η σχέση της θεωρίας του δεσμού και της αγάπης, “κλειδί” αποτελεί η έννοια του συναισθήματος (Shaver & Hazen, 1988). Η αγάπη είναι κάτι παραπάνω από ένα συναίσθημα. Είναι μια προδιάθεση που εκφράζεται προς το άλλο άτομο με συμπεριφορές, δηλαδή πράξεις που συνδέονται με την αγάπη όπως είναι η ευγένεια, η τρυφερότητα, ή η εμπιστοσύνη.

Το συναίσθημα αποτελεί σημαντικό παράγοντα για την κατανόηση της σχέσης του δεσμού με την αγάπη. Το συναίσθημα λειτουργεί ως ρυθμιστικός μηχανισμός. Μπορεί να είναι εμφανές ή λιγότερο αντιληπτό. Μπορεί η επίδραση του να αφορά ένα μικρό ή ένα μεγάλο χρονικό διάστημα. Μέσα στις σχέσεις, το συναίσθημα είναι μια “γλώσσα” ένας κώδικας επικοινωνίας που εκφράζει τα αισθήματα για το άλλο πρόσωπο. Τα συναίσθημα μπορεί να εκφράζει το “τώρα” ή να είναι πιο μόνιμο.

Ο Kernberg (2004) αναφέρει ότι τα συναισθήματα είναι συντριπτικά για το βρέφος. Όταν η μητέρα κατανοεί τα συναισθήματα του βρέφους, ειδικά τα αρνητικά και του τα αντανακλά, αλλά παράλληλα δείχνει ότι δεν τα συμμερίζεται πλήρως, μειώνει την επίδραση τους και επιτρέπει την αφομοίωση τους. Εάν η μητέρα δεν

λειτουργήσει με αυτόν τον τρόπο, τα αρνητικά συναισθήματα γίνονται έντονα, επειδή δεν μπορεί να γίνει η επεξεργασία τους και έτσι ειδικά τα αρνητικά συναισθήματα υπερέχουν των θετικών. Το σύνολο των συναισθημάτων δεν μπορεί να εμπεριεχθεί και να αφομοιωθεί από το βρέφος. Σε αυτές τις περιπτώσεις ο δεσμός που αναπτύσσεται είναι μη ασφαλής.

Τα πρώιμα βιώματα του βρέφους, μέσα από την σύνδεση με την μητέρα μπορεί να είναι πολύ καταστροφικά. Ο τρόπος που μορφοποιούνται οι δεσμοί, φτιαγμένοι από επιθυμίες, απογοητεύσεις, θυμό, φόβο εγκατάλειψης, μαζί με αγάπη, χαράσσονται ανεξίτηλα και επηρεάζουν τους δεσμούς τις ενήλικής ζωής.

Οι Shaver και Hazen (1988) υποστηρίζουν ότι μέσα σε μια κακοποιητική σχέση βιώνονται αντικρουόμενα συναισθήματα. Μπορεί κάποιο άτομο να αγαπά αλλά ταυτόχρονα να φοβάται το άλλο πρόσωπο, δηλαδή να υπάρχει μια αναντιστοιχία ανάμεσα στα εκφραζόμενα συναισθήματα και στις συμπεριφορές. Τα θύματα, μπορεί να ακούν συχνά το “σε αγαπώ” αλλά να υφίστανται πράξεις που δεν συνδυάζονται με την έννοια της αγάπης.

Ο Bowlby (1988) υποστήριξε ότι η δύναμη του δεσμού προσκόλλησης δεν συνδέεται με την ποιότητα των σχέσεων προσκόλλησης. Το άτομο μπορεί να αισθάνεται εγγύτητα και να συνεχίζει να αποζητά την σύνδεση με το πρόσωπο του δεσμού παρόλο που μπορεί να νιώθει ότι το άλλο άτομο είναι απειλητικό για εκείνο. Ο δεσμός μπορεί να ενισχύεται περισσότερο ακόμα και όταν το πρόσωπο του δεσμού λειτουργεί με βία. Ένα κακοποιητικό πρόσωπο άλλωστε υπάρχει περίπτωση να λειτουργεί με τέτοιο τρόπο ώστε να ενεργοποιεί το σύστημα του δεσμού και παράλληλα να καταφέρνει να διατηρεί το σύστημα αυτό σταθερό και ενεργό.

Η θεωρία του Bowlby (1988) εξηγεί επίσης γιατί οι γυναίκες δυσκολεύονται να εγκαταλείψουν τους κακοποιητικούς συντρόφους τους. Στο “πυρήνα” του θέματος βρίσκεται η ποιότητα του δεσμού της κακοποιητικής σχέσης. Είναι το αντίστοιχο με τον ισχυρό δεσμό που δημιουργεί ένα παιδί με τον γονέα του μετά από τις αποτυχημένες προσπάθειες του παιδιού να τον προσεγγίσει. Η ισχυρή προσκόλληση είναι το αποτέλεσμα αφενός του φόβου του παιδιού ότι απειλείται η εγγύτητα με τον γονέα του και αφετέρου των επαναλαμβανόμενων προσπαθειών να συνδεθεί μαζί του. Αυτό το θεμελιακό σύστημα δεσμού διατηρείται στην ενήλικη ζωή και επαναλαμβάνεται στις συντροφικές σχέσεις, όπως ακριβώς υπάρχει στην σχέση του παιδιού με τον γονέα του.

Ένα άλλο θεμελιακό χαρακτηριστικό του δεσμού, είναι η σταθερότητα του στον χρόνο, όπως απέδειξε και η πειραματική έρευνα των Harlow (1958), οι οποίοι μελέτησαν την κοινωνική ανάπτυξη και τις συμπεριφορές δεσμού των πιθήκων rhesus.

Σε μια από τις έρευνες τους, οι Harlow (1958), κατασκεύασαν άψυχα ομοιώματα, υποκατάστατα μητέρων-μαϊμούδων είτε από μαλακό, χνουδωτό ύφασμα είτε από σκληρό μεταλλικό πλέγμα. Σε ένα από τα πειράματα, δημιούργησαν “κακές” υποκατάστατες μητέρες. Αυτές οι “μητέρες” εξέπεμπαν ενοχλητικά ρεύματα αέρα, είχαν μεταλλικές ακίδες, πετούσαν τα μωρά - μαϊμουδάκια στο πάτωμα ή δονούνταν τόσο έντονα ώστε τα δόντια των μικρών μωρών να χτυπούν μεταξύ τους.

Παραδόξως, καμία από αυτές τις δοκιμασίες δεν διέκοψε τη συμπεριφορά δεσμού των μικρών μαϊμούδων. Παρά την φύση των “κακών” υποκατάστατων μητέρων, τα μικρά προσκολλήθηκαν σε αυτές ακόμη πιο έντονα. Οι Harlow (1958) έδειξαν με τις έρευνες τους, ότι ακόμα και όταν η συμπεριφορά της μητέρας είναι επιθετική, η προσκόλληση ενισχύεται.

Στην πραγματικότητα οι Harlow δημιούργησαν ένα τεχνητό μοντέλο παιδικής κακοποίησης, μέσα στο οποίο η ασφάλεια και η ηρεμία της σύνδεσης διακοπτόταν απότομα, από βίαιες συμπεριφορές. Τα πειράματα τους απέδειξαν ότι η κακοποίηση αντί να αποδυναμώσει την διαδικασία προσκόλλησης, την ενισχύει. Το κακοποιημένο παιδί προσκολλάται στον γονέα του, με την ελπίδα ότι με την συνεχή προσπάθεια θα καταφέρει να γίνει άξιο της αγάπης του γονέα.

Αντίστοιχα οι Dutton & Goland (1995) αναφερόμενοι στις κακοποιητικές σχέσεις, συνέδεσαν την δυσκολία αποδέσμευσης και συναισθηματικής αποχώρησης του θύματος από τον δράστη, με ένα ακόμα συγκεκριμένο χαρακτηριστικό της κακοποιητικής σχέσης, τον απότομα διακοπόμενο χαρακτήρα της. Το “κλειδί” για την κατανόηση της κακοποίησης είναι η ασταθής μεταχείριση του θύματος. Η κακοποίηση δεν εμφανίζεται από την αρχή ούτε είναι σταθερή. Έτσι, το θύμα βιώνει εναλλασσόμενες περιόδους αρνητικής διέγερσης, φόβου, πόνου, απειλής και έπειτα μια φάση ανακούφισης και απελευθέρωσης που σχετίζεται με τη λήξη της κακοποίησης. Αυτή η εναλλαγή ενεργοποιεί την συνεχή προσπάθεια του θύματος να αποκτήσει εγγύτητα με τον σύντροφο του.

Οι Dutton & Goland (1995) επισημαίνουν ότι η πορεία προς μια κακοποιητική σχέση είναι μια μορφή κοινωνικής “παγίδας”. Το πρώτο περιστατικό κακοποίησης φαίνεται σαν μια παρένθεση, σαν κάτι που μπορεί να συμβεί στην ανώριμη και νεανική φάση της σχέσης. Σε συνδυασμό με τη σχετικά μικρή σοβαρότητα του πρώτου επεισοδίου και τη μεταγενέστερη μεταμέλεια του άνδρα, το πρώτο περιστατικό βίας λειτουργεί ενισχυτικά στην συναισθηματική προσκόλληση, σε μια φάση που η γυναίκα δεν πιστεύει ότι η κακοποίηση είναι πιθανό να γίνει επαναλαμβανόμενη και κλιμακούμενη.

Τα επαναλαμβανόμενα περιστατικά μεγαλύτερης σοβαρότητας τείνουν να ενισχύουν την ευθύνη της γυναίκας για την κακοποιητική σχέση και να της καλλιεργούν την πεποίθηση, ότι η βία θα συνεχιστεί αν εκείνη δεν κάνει κάτι για να την αποτρέψει. Μέχρι την στιγμή που η γυναίκα θα συνειδητοποιήσει ότι η κακοποίηση είναι αναπόφευκτη, ο τραυματικός συναισθηματικός δεσμός με τον σύντροφο της, θα έχει γίνει ήδη πολύ ισχυρός.

Οι Dutton & Golland (1995) αναφέρονται στην έννοια του “τραυματικού δεσμού” προκειμένου να περιγράψουν τον δεσμό που αναπτύσσεται σε αυτές τις σχέσεις. Ο τραυματικός δεσμός δημιουργείται λόγω της ανισότητας ισχύος και της διακοπόμενης κακοποίησης και ενισχύεται λόγω της δυναμικής της σχέσης. Μέσω αυτής της διαδικασίας οι αρνητικές αναμνήσεις ξεθωριάζουν, ενώ οι θετικές παραμένουν ζωντανές. Η προσκόλληση αρχίζει ολόένα και περισσότερο να επηρεάζει την αντίληψη της γυναίκας για την πρόσληψη του παρελθόντος και τον βαθμό της αισιοδοξίας της για το μέλλον.

Στο “πυρήνα” του τραυματικού δεσμού βρίσκεται η ασταθής μεταχείριση του θύματος. Η κακοποίηση εμφανίζεται σταδιακά και παίρνει την μορφή ενός κύκλου, του λεγόμενου “κύκλου της βίας”.

8. Η ΚΥΚΛΙΚΗ ΘΕΩΡΙΑ ΤΗΣ ΒΙΑΣ

Η θεωρία του “Κύκλου της Βίας” της Walker (1989), παρουσιάζει την διαδικασία της εξέλιξης της βίας στις συντροφικές σχέσεις. Πρόκειται για ένα σύμπλεγμα αντιδράσεων που είναι κοινές στην εμπειρία της χρόνιας συντροφικής κακοποίησης. Εξηγεί το πως οι γυναίκες μετατρέπονται σε θύματα και γιατί είναι δύσκολο να εγκαταλείψουν τους συντρόφους τους.

Σύμφωνα με αυτή τη θεωρία, η ενδοοικογενειακή βία δεν εμφανίζεται τυχαία, αλλά ακολουθεί έναν επαναλαμβανόμενο κύκλο κακοποίησης που περιλαμβάνει 3 βασικά στάδια. Τα στάδια περιγράφουν έναν κυκλικό μηχανισμό συσσώρευσης έντασης και βίαιης εκτόνωσης που χαρακτηρίζει την συμπεριφορά των κακοποιητικών τους συντρόφων (Walker, 1989).

A) Η φάση της έντασης

Στην πρώτη φάση συμβαίνει η συσσώρευση της έντασης. Ο άνδρας χρησιμοποιεί ολοένα και περισσότερες τακτικές ελέγχου, όπως η λεκτική κακοποίηση, οι απειλές και η ήπια σωματική βία. Εντείνει τη μορφή κακοποίησης που χρησιμοποιεί, είτε πρόκειται για λεκτικές επιθέσεις, είτε για σωματική βία (Dutton & Golland, 1995). Η γυναίκα αρχίζει να ικανοποιεί κάθε του επιθυμία σε μια απεγνωσμένη προσπάθεια να αποφύγει το αναπόφευκτο και συχνά καταπνίγει τον θυμό της. Εκείνος επαγρυπνά για σημάδια ανυπακοής. Επειδή προβάλλει μεγάλο μέρος του δικού του θυμού στους άλλους, μπορεί να αντιλαμβάνεται θυμό εκεί όπου δεν υπάρχει. Η γυναίκα αρνείται ότι τα επεισόδιά είναι βίαια και προσπαθεί να εξορθολογήσει την κακοποιητική συμπεριφορά, με μια μη ρεαλιστική πεποίθηση ότι οι ίδια προσπαθεί να ελέγξει τον

άνδρα και να αποτρέψει την κακοποίηση. Μερικές φορές, όταν η γυναίκα αισθάνεται πως το ξέσπασμα είναι αναπόφευκτο, το προκαλεί συνειδητά απλώς για να “το τελειώσει” (Walker, 1989). Η συσσώρευση της έντασης συνεχίζεται έως το σημείο του επεισοδίου κακοποίησης.

B) Η φάση της έκρηξης

Η δεύτερη φάση είναι το οξύ επεισόδιο κακοποίησης. Ο κακοποιητής χάνει τον αυτοέλεγχο του και ξεσπά ασκώντας έντονη ψυχολογική και σωματική βία που είχε συσσωρευτεί κατά την πρώτη φάση (Dutton & Golland, 1995). Σε αρχικά στάδια μπορεί να έχει την πρόθεση μόνο “να δώσει ένα μάθημα” στην γυναίκα. Το βίαιο επεισόδιο μπορεί να διαρκέσει από μερικά λεπτά έως αρκετές ώρες. Κατά την διάρκεια αυτής της φάσης, οι γυναίκες εκφράζουν ματαιότητα στην προσπάθεια να διαφύγουν από τον κακοποιητή (Walker, 1989).

Σύμφωνα με αναφορές κακοποιημένων γυναικών, μόνο ο κακοποιητής μπορεί να σταματήσει τη βία, από τη στιγμή που την ξεκίνησε. Ο Zimbardo (1969) αποκαλεί το φαινόμενο αυτό “αποπροσωποποιημένη βία” σύμφωνα με το οποίο ο δράστης ανταποκρίνεται μόνο στα εσωτερικά του ερεθίσματα. Με άλλα λόγια, δεν αντιδρά σε σήματα ή παρακλήσεις του θύματος.

Σε συνθήκες που προκαλούν υψηλή φυσιολογική διέγερση και ανωνυμία, η συνείδηση μεταβάλλεται και ο δράστης βιώνει ανταμοιβή από τα εσωτερικά του σωματικά ερεθίσματα, δηλαδή από την στάση και τις κινήσεις του σώματός του. Αυτή η αλληλουχία διέγερσης - ανταμοιβής - διέγερσης δημιουργεί μια σπειροειδή οργή. Η διαδικασία αυτοτροφοδοτείται, επειδή κάθε πράξη επιθετικότητας, κάθε

χτύπημα, λειτουργεί ως εσωτερική ανταμοιβή. Η πηγή της ανταμοιβής είναι η ανατροφοδότηση του κακοποιητή από τις δικές του σωματικές πράξεις προκειμένου να εκτονώσει την ένταση που νιώθει. Έτσι κατά τη φάση της κακοποίησης, οι δράστες συνεχίζουν να χτυπούν μέχρι να εκτονωθούν. Επειδή η αποφόρτιση της ενέργειας μειώνει τα επίπεδα έντασης και έτσι ο κακοποιητής εθίζεται σε αυτό το είδος εκτόνωσης. Αυτός είναι ο μόνος τρόπος που γνωρίζει ο κακοποιητής για να απαλλαγεί από την “δυσφορική διέγερση”, δηλαδή από τα αρνητικά συναισθήματα που συσσωρεύονται μέσα του.

Οι Dutton & Golland (1995) αναφέρουν ότι σε ορισμένους άνδρες υπάρχει ένα εσωτερικό ψυχολογικό φαινόμενο που επιφέρει διάλυση των ψυχικών εσωτερικών “φραγμών”. Καθώς αυξάνεται η διέγερση και μετατοπίζεται η προσοχή από το θύμα, ο κακοποιητής χάνει την ικανότητα να συναισθάνεται τον φόβο και τον πόνο του θύματος και τις τραγικές συνέπειες από τις κακοποιητικές του πράξεις. Υφίσταται δηλαδή μια μετάβαση προς τη βία που προκαλείται από έναν συνδυασμό εξωτερικών και εσωτερικών παραγόντων. Ένας τέτοιος εξωτερικός παράγοντας είναι η “αορατότητα” που καλύπτει το περιστατικό της συντροφικής βίας, δηλαδή το γεγονός ότι εκτυλίσσεται “πίσω από κλειστές πόρτες”. Εσωτερικοί παράγοντες, δηλαδή ψυχολογικοί παράγοντες, μπορεί να είναι είτε η διέγερση που αισθάνεται ο άνδρας από την απειλητική του συμπεριφορά, είτε η ανικανότητα του να αυτορυθμιστεί είτε η αδυναμία να ελέγξει τον εαυτό του.

Η φάση της οξείας κακοποίησης ολοκληρώνεται όταν ο κακοποιητής σταματήσει να ασκεί βία. Αυτή είναι η φάση όπου η γυναίκα βιώνει τις πιο σοβαρές κακοποιήσεις και μπορεί να χρειαστεί εξωτερική βοήθεια, όπως το να καλέσει την αστυνομία ή το να ζητήσει ιατρική φροντίδα (Walker, 1989).

Γ. Η φάση της μεταμέλειας

Η τρίτη φάση είναι η αποκαλούμενη φάση του “μήνα του μέλιτος” ή της στοργικής μεταμέλειας. Η φάση αυτή ακολουθεί την εκτόνωση της έντασης μετά την οξεία φάση της κακοποίησης.

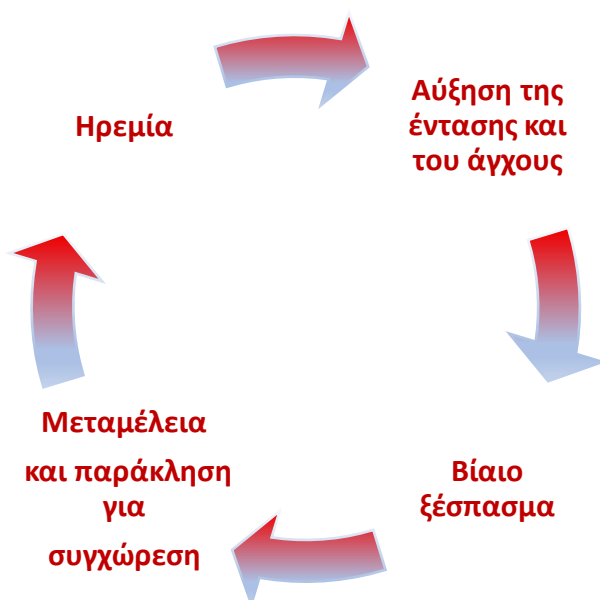
Ο δράστης έχοντας αποξενώσει τη σύντροφο του, επιδιώκει να την “κερδίσει” ξανά. Υπόσχεται ότι θα αλλάξει και επιστρατεύει τρίτους όπως τους οικείους του και τους κοινούς φίλους, για να την πείσουν να επιστρέψει. Υπόσχεται ότι θα ζητήσει βοήθεια και ότι θα κάνει οτιδήποτε εκείνη του ζητήσει. Της φέρνει λουλούδια, της παίρνει δώρα και την ικετεύει για συγχώρεση (Dutton & Golland, 1995). Εκμεταλλευόμενος το συναίσθημα της ενοχής, της λέει ότι μόνο εκείνη μπορεί να τον σώσει και ότι θα αλλάξει αν τον στηρίξει, “γιατί η αγάπη όλα τα νικά”. Αν οι ικεσίες του αποτύχουν μπορεί να απειλήσει ότι θα αυτοκτονήσει (Walker, 1989).

Η γυναίκα παγιδεύεται στην ανάγκη της να τον “σώσει” και στην ελπίδα ότι έχει ακόμα πιθανότητα να “σώσει” την σχέση. Ο άνδρας επικαλείται τη φροντίδα της (Dutton & Golland, 1995). Η γυναίκα αρχίζει να αντιλαμβάνεται έντονα την ευαλωτότητά, την απόγνωσή, την μοναξιά και την αποξένωσή του από κάθε ουσιαστική ανθρώπινη επαφή. Αυτές οι “αποκαλύψεις” λειτουργούν συχνά ως πρόσθετα “αγκίστρια” που την κρατούν μέσα στη σχέση και δημιουργούν ένα γόνιμο “έδαφος” για να αναπτυχθεί η προσκόλληση. Και οι δύο προσπαθούν να πείσουν ο ένας τον άλλον και καθένας τον εαυτό του, ότι μπορούν να παλέψουν μαζί για να αλλάξουν.

Ακολουθεί μια περίοδος σαν μήνας του μέλιτος. Αυτή η φάση παρέχει τη θετική ενίσχυση στην γυναίκα για να παραμένει στη σχέση. Κατά τη διάρκεια αυτής της φάσης, η γυναίκα “βλέπει” τον άντρα που ερωτεύτηκε αρχικά και ξαναβιώνει τα συναισθήματα αγάπης και υποστήριξης από τον σύντροφό της (Walker, 1989).

Η τρίτη φάση μπορεί επίσης να χαρακτηριστεί από την απουσία έντασης και βίας, χωρίς όμως να υπάρχει πρακτικά κάποια συμπεριφορά μεταμέλειας. Η φάση του “μήνα του μέλιτος” οδηγεί τις γυναίκες να δημιουργήσουν μια ελπίδα, ότι ο κακοποιητής θα αλλάξει την βίαιη συμπεριφορά του και την προσωπικότητά του (Dutton & Golland, 1995). Τελικά, το ζευγάρι παρασύρεται σε μια νέα φάση συσσώρευσης της έντασης και ο κύκλος της βίας επαναλαμβάνεται (Walker, 1989).

Με την πάροδο του χρόνου, μέσα σε μια κακοποιητική σχέση, η φάση συσσώρευσης έντασης γίνεται ολοένα πιο συχνή και εμφανής, ενώ η φάση της στοργικής μεταμέλειας περιορίζεται και τελικά εξαφανίζεται (Walker, 1989). Επιπλέον, σταδιακά τα περιστατικά οξείας κακοποίησης τείνουν να αυξάνονται τόσο σε συχνότητα όσο και σε ένταση.



Σχήμα 2: Ο φαύλος κύκλος της βίας (βλ. παράρτημα)

Το μοντέλο του κύκλου της βίας εξηγεί τον λόγο για τον οποίο οι γυναίκες παραμένουν σε κακοποιητικές σχέσεις. Κατά την πρώτη περίοδο της σχέσης, παρότι υπάρχει η βία, οι γυναίκες διατηρούν την ελπίδα που καλλιεργείται στην φάση της μεταμέλειας, ότι η συμπεριφορά του συντρόφου τους θα αλλάξει, και αυτό τις κρατά στην σχέση (Walker, 1989).

Καθώς επαναλαμβάνεται ο κύκλος της βίας, ενεργοποιείται παράλληλα και η διαδικασία λειτουργίας του “τραυματικού δεσμού” (Dutton & Golland, 1995). Έτσι ο δεσμός προσκόλλησης προς τον κακοποιητή με την πάροδο του χρόνου γίνεται πολύ ισχυρός. Μεταφορικά η διαδικασία της προσκόλλησης μοιάζει με μια “ελαστική ταινία” η οποία όταν τεντώνεται μακριά από τον κακοποιητή, μετά από λίγο καιρό “τραβάει” ξανά τη γυναίκα προς εκείνον.

9. ΟΙ ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΒΙΑΣ ΣΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ

Οι μακροχρόνιες συνέπειες της κακοποίησης οδηγούν σύμφωνα με την Walker (2012) στο Σύνδρομο της Κακοποιημένης Γυναίκας. Το σύνδρομο αποτελεί μια δυσάρεστη κατάσταση που σχετίζεται με την παρατεταμένη και επαναλαμβανόμενη έκθεση της γυναίκας στην βία. Περιλαμβάνει α) το μοντέλο της μαθημένης αβοηθησίας, β) την διαταραχή ρύθμισης συναισθήματος και γ) την διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD).

9.1. Το μοντέλο της μαθημένης αβοηθησίας

Η μαθημένη αβοηθησία βρίσκεται στο “πύρινα” του Συνδρόμου της Κακοποιημένης Γυναίκας. Αποτελεί ένα σημαντικό χαρακτηριστικό της χρόνιας κακοποίησης, διαφωτίζοντας το πώς η συνεχής κακοποίηση μπορεί να συμβάλλει στην δημιουργία αίσθησης αδυναμίας της γυναίκας.

Η επαναλαμβανόμενη έκθεση σε αρνητικές και κακοποιητικές συμπεριφορές, δημιουργεί ένα περιβάλλον που η γυναίκα αισθάνεται αδύναμη να αλλάξει ή να εγκαταλείψει. Η επανάληψη των βίαιων περιστατικών την οδηγεί σε μια αίσθηση αδυναμίας καθώς θεωρεί ότι δεν μπορεί να επηρεάσει τις συνθήκες της ζωής της. Αυτή η αντιλαμβανόμενη απώλεια ελέγχου παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη της μαθημένης αβοηθησίας (Maier & Seligman, 1976).

Σύμφωνα με αυτήν την οπτική, μια κακοποιημένη γυναίκα αφού περάσει μέσα από πολλαπλούς κύκλους κακοποίησης, καταρρέει ψυχολογικά, απογοητευμένη από το γεγονός ότι δεν μπορεί να προβλέψει και να ελέγξει τη βία που υπάρχει στην ζωή της. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να βυθίζεται σε μια κατάσταση ψυχολογικής παράλυσης και

να καθίσταται ανίκανη να αναλάβει οποιαδήποτε δράση. Η γυναίκα πείθεται ότι δεν υπάρχει τίποτα που μπορεί να κάνει για να ξεφύγει από αυτό που βιώνει. Έτσι λόγω των εμπειριών της κακοποίησης, μια γυναίκα μπορεί να μάθει να μένει αβοήθητη.

Η μαθημένη αβοηθησία έχει σημαντικές επιπτώσεις και στην αντίληψη της γυναίκας για τον εαυτό της. Αναπτύσσει μια οπτική του κόσμου που εντάσσεται μέσα στο συγκεκριμένο κακοποιητικό σενάριο και καθώς εσωτερικεύει την αδυναμία της για αλλαγή δεν περνάει σε δράση. Αυτή η αρνητική αντίληψη για τον εαυτό της γίνεται εγγενές στοιχείο της ταυτότητά της (Walker, 1989).

9.2. Η διαταραχή της ρύθμισης του συναισθήματος

Η διαταραχή της ρύθμισης του συναισθήματος είναι μια διαταραχή που ορίζεται από την δυσκολία στην διαχείριση και στην ρύθμιση των συναισθηματικών αντιδράσεων. Αυτό το φαινόμενο δείχνει πώς η συνεχής συναισθηματική κακοποίηση μπορεί να παρέμβει στις φυσικές διαδικασίες ρύθμισης των συναισθημάτων προκαλώντας δυσλειτουργία στην ψυχοσύνθεση της γυναίκας (Walker, 2012).

Η κακοποίηση έχει σημαντική επίδραση στην ανάπτυξη και διατήρηση του ελέγχου των συναισθημάτων. Γυναίκες που έχουν υποστεί συναισθηματική κακοποίηση συχνά βιώνουν έντονα και αντιφατικά συναισθήματα. Οι συναισθηματικές αντιδράσεις διαμορφώνονται μέσα από την απρόβλεπτη και την αρνητική φύση των κακοποιητικών αλληλεπιδράσεων. Αυτή η χρόνια έκθεση σε συναισθηματικά αρνητικές καταστάσεις μπορεί να εμποδίσει την ανάπτυξη κατάλληλων μηχανισμών συναισθηματικού ελέγχου (Siegel, J., 2013).

Η διαταραχή της ρύθμισης του συναισθήματος και η συναισθηματική κακοποίηση έχουν κυκλική σχέση. Οι αποσταθεροποιητικές συνέπειες της συναισθηματικής κακοποίησης οδηγούν σε προβλήματα ρύθμισης του συναισθήματος και η διαταραχή ρύθμισης του συναισθήματος μπορεί να ενισχύσει την επίδραση της συναισθηματικής κακοποίησης. Αυτή η κυκλική σχέση προάγει αρνητικές συναισθηματικές εμπειρίες, καθιστώντας δύσκολο για τις γυναίκες να φύγουν από την κακοποιητική σχέση.

Η διαταραχή ρύθμισης του συναισθήματος που προκαλείται από τη συναισθηματική κακοποίηση επηρεάζει και τις διαπροσωπικές σχέσεις. Γυναίκες που δυσκολεύονται να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους, δυσκολεύονται να δημιουργήσουν και να διατηρήσουν υγιείς σχέσεις με τους άλλους. Συνέπειες της

συναισθηματικής κακοποίησης είναι η δυσχέρεια στην αίσθηση της εμπιστοσύνης, στην έκφραση των συναισθημάτων τους και στην διαχείριση της πολυπλοκότητας των κοινωνικών τους αλληλεπιδράσεων (Walker, 1989).

9.3. Η διαταραχή του μετατραυματικού στρες (PTSD)

Γυναίκες που έχουν υποστεί μακροχρόνια κακοποίηση σύμφωνα με το Σύνδρομο της Κακοποιημένης Γυναίκας είναι πιθανό να αναπτύξουν γενικευμένη αγχώδη διαταραχή και άλλες αγχώδεις διαταραχές (Walker, 2012). Το τραύμα που προκαλείται από την κακοποίηση οδηγεί συχνά και στην διαταραχή μετατραυματικού στρες (PTSD).

Ο Van der Kolk (2022) αναφέρει ότι, ενώ ορισμένα άτομα αντιδρούν σε ένα τραυματικό γεγονός με αντίδραση, γνωστή και ως αντίδραση “πάλης” ή “φυγής”, άλλα αντιδρούν με αποσύνδεση ή “πάγωμα”. Εξήγησε ότι τα θύματα είναι πιθανότερο να αντιδράσουν με “πάγωμα” ή με αυξημένη εξάρτηση από τον δράστη, όταν το τραυματικό γεγονός προέρχεται από ένα αγαπημένο πρόσωπο, από το οποίο εξαρτώνται συναισθηματικά.

Σύμφωνα με τον Siegel (2012, σ. 379) κατά τη διάρκεια ενός τραυματικού γεγονότος, τα υπερβολικά επίπεδα κορτιζόλης που εκκρίνονται μπορεί να εμποδίσουν την λειτουργία του ιπόκαμπου και κατά συνέπεια την επεξεργασία της ρητής μνήμης. Παράλληλα η χημική επίδραση της αδρεναλίνης και της νοραδρεναλίνης ενισχύει την κωδικοποίηση του φόβου, των συναισθημάτων και των σωματικών αισθήσεων μέσω της αμυγδαλής.

Αυτός ο συνδυασμός αναστολής της ρητής επεξεργασίας και της ενισχυμένης άρρητης κωδικοποίησης συχνά οδηγεί στη δημιουργία πολλαπλών αποσπασματικών “σωματικών αναμνήσεων”, οι οποίες δεν είναι προσβάσιμες μέσω του λόγου ή της γνωστικής επεξεργασίας. Τα τραυματικά γεγονότα αφήνουν το “αποτύπωμα” τους στο σώμα και στη σωματική μνήμη. Ο εγκέφαλος καταγράφει τις σωματικές αισθήσεις που συγκροτούν συναισθήματα, καταστάσεις διέγερσης ή απενεργοποίησης, καθώς και

κινητικά πρότυπα όπως “πάλη”, “φυγή”, “πάγωμα” (Siegel, 2012, σ. 380). Σε ορισμένες περιπτώσεις, τα γνωστικά στοιχεία της εμπειρίας κωδικοποιούνται ταυτόχρονα με τις σωματικές αναμνήσεις, σε άλλες όμως όχι, με αποτέλεσμα οι σωματικές μνήμες να μένουν “ασύνδετες” χρονικά, μη γραμμικές και να εισβάλλουν στο παρόν.

Η PTSD περιγράφει μια συστάδα συμπτωμάτων που εκδηλώνονται ως αποτέλεσμα μιας έντονης και τραυματικής εμπειρίας, όπως οι φυσικές καταστροφές, οι πόλεμοι, οι βίαιες επιθέσεις ή άλλες καταστάσεις απειλητικές για τη ζωή και την ακεραιότητα του ατόμου (Leech, 2024). Μια γυναίκα που έχει εκτεθεί στην τραυματική εμπειρία της κακοποιητικής σχέσης έχει αρκετά μεγάλες πιθανότητες να διαγνωστεί με PTSD.

Οι διακριτές ομάδες συμπτωμάτων που εμφανίζουν οι γυναίκες έτσι όπως προκύπτουν από την μετατραυματική διαταραχή είναι: α) επαναβίωση, β) αποσύνδεση, γ) αποφυγή, δ) αρνητικές επιδράσεις στην σκέψη και στην διάθεση και ε) υπερδιέγερση.

Τα συμπτώματα επαναβίωσης περιλαμβάνουν αυθόρμητες και παρειασθητικές αναμνήσεις του τραυματικού γεγονότος. Αυτές οι αναμνήσεις συνήθως συνοδεύονται από τις ίδιες συναισθηματικές αντιδράσεις όπως τον φόβο ή τον τρόμο που συνόδευσαν το αρχικό γεγονός. Τα συμπτώματα επαναβίωσης μπορεί να περιλαμβάνουν επαναλαμβανόμενους εφιάλτες ή αναδρομές τα λεγόμενα “flashbacks”, κατά τα οποία η γυναίκα ξαναζεί το τραυματικό γεγονός. Οι αναδρομές, τα “flashbacks”, συχνά προκαλούνται από ένα αισθητηριακό ερέθισμα που η γυναίκα το έχει συνδέσει με το τραύμα.

Σε πιο σοβαρές περιπτώσεις η γυναίκα μπορεί να αντιμετωπίζει θέματα απώλειας μνήμης ή να μην μπορεί να διαχωρίσει το παροντικό γεγονός από το παρελθοντικό (Van der Kolk, 2022). Το τραύμα επηρεάζει τις γυναίκες θύματα βίας αποσυνδέοντας τες από τον νου και το σώμα τους. Η αποσύνδεση αυτή ενδέχεται να είχε συμβεί και κατά τη διάρκεια του τραυματικού γεγονότος, οπότε ο νους και το σώμα έμαθαν να την αναπαράγουν ως αυτόματη αντίδραση.

Ο Van der Kolk (2022) υποστηρίζει ότι η αποσύνδεση αποτελεί αντίδραση στο στρες, κατά την οποία ο νους, εξαιτίας της υπερφόρτωσης, αρχίζει να διασπά και να απομονώνει τις αναμνήσεις, τους ήχους, τις οσμές, τα συναισθήματα και τις σωματικές αισθήσεις, ώστε το θύμα να μπορεί να ανακουφιστεί προσωρινά. Όταν οι γυναίκες θύματα βίας βιώνουν αποσύνδεση, σημαίνει ότι εξακολουθούν να αναβιώνουν όσα τους συνέβησαν, χωρίς όμως να μπορούν να αντιληφθούν ότι το βίωμα προέρχεται από παρελθόν.

Η αποσύνδεση συνιστά ουσιαστικά έναν μηχανισμό απενεργοποίησης του νου, ώστε να σταματήσει η λήψη περαιτέρω πληροφοριών. Αυτός είναι ο λόγος που αρκετές γυναίκες θύματα βίας εμφανίζουν κενά μνήμης και ένα έντονο αίσθημα αποκοπής από το σώμα τους, λειτουργώντας έτσι με έναν τρόπο ψυχικής αποσύνδεσης ή προσωρινής παύσης της τραυματικής απόκρισης (Forde & Dunvury, 2020).

Τα συμπτώματα αποφυγής αφορούν ενέργειες που κάνει η γυναίκα για να αποφύγει αναβιώσεις του τραύματος μετά από κάποιο εξωτερικό ερέθισμα. Οι γυναίκες αυτές συχνά καταβάλλουν μεγάλη προσπάθεια να αποφύγουν καταστάσεις, χώρους ή ανθρώπους που τους ανακαλούν μνήμες ή τους προκαλούν αγχωτικά συναισθήματα και σκέψεις σχετικά με το αρχικό τραύμα. Σε αρκετές περιπτώσεις αρνούνται να

ζητήσουν ακόμα και βοήθεια, προκειμένου να αποφύγουν την αναφορά στο τραυματικό γεγονός (Zepinic, 2021).

Σύμφωνα με την Herman (1992) τα αρνητικά συμπτώματα στην σκέψη και στην διάθεση περιλαμβάνουν αλλαγές στον τρόπο με τον οποίο οι γυναίκες θύματα βίας με PTSD αντιλαμβάνονται τον εαυτό τους και τους άλλους. Αυτό συχνά περιλαμβάνει υπερβολικές αρνητικές προσδοκίες σχετικά με σημαντικούς τομείς της ζωής τους που αφορούν τον εαυτό τους και τους άλλους. Οι αρνητικές αλλαγές στη σκέψη μπορεί επίσης να εκδηλωθούν ως:

- διαστρεβλωμένες αντιλήψεις για τα αίτια του τραυματικού γεγονότος, που οδηγούν σε ενοχές ή απόδοση της ευθύνης σε άλλους
- αρνητική διάθεση και αδυναμία να νιώσουν θετικά συναισθήματα
- σημαντική μείωση του ενδιαφέροντος για συμμετοχή σε δραστηριότητες που απολάμβαναν στο παρελθόν
- αποξένωση από τους άλλους
- αδυναμία να θυμηθούν σημαντικές λεπτομέρειες ενός περιστατικού ή γεγονότος.

Ο Van der Kolk (2022), αναφέρει ότι τα συναισθήματα, οι αισθήσεις και οι πράξεις που αρχικά λειτούργησαν ως στρατηγικές επιβίωσης κατά τη διάρκεια του τραύματος, μπορούν να προκαλέσουν συναισθηματικές ή σωματικές αντιδράσεις που δεν απορρέουν από τα γεγονότα του παρόντος. Παρόλο που οι αντιδράσεις αυτές λειτουργούσαν ως μηχανισμοί επιβίωσης κατά τη διάρκεια του τραύματος, είναι πιθανό

να αποτύχουν να ανακουφίσουν τον πόνο, τον τρόμο ή το αίσθημα αδυναμίας που οι γυναίκες βιώνουν στο παρόν.

Γι' αυτό και αρκετές οι γυναίκες θύματα με PTSD εμφανίζουν περιορισμένο εύρος συναισθημάτων, κατά κύριο λόγο αρνητικών, που τις δυσκολεύει να ανταποκριθούν στις απαιτήσεις της καθημερινότητας και τις οδηγεί σε απαισιόδοξες σκέψεις για το μέλλον (Van der Kolk, 2022). Αυτά τα συναισθήματα επηρεάζουν αρνητικά και την ικανότητά τους να διαμορφώνουν και να διατηρούν υγιείς σχέσεις με τους άλλους (Leventhal & Chang, 1991).

Ένα ακόμα σύμπτωμα που εμφανίζουν οι γυναίκες με PTSD είναι η υπερδιέγερση δηλαδή μια υπερβολική συναισθηματική αντίδραση που κατακλύζει την λογική σκέψη. Τα συμπτώματα της υπερδιέγερσης περιλαμβάνουν διάφορες συμπεριφορές, όπως η επιθετικότητα, η αυτοκαταστροφική συμπεριφορά και η υπερευαισθησία. Αρκετές γυναίκες, θύματα ενδοοικογενειακής βίας με PTSD βρίσκονται σε διαρκή κατάσταση εγρήγορσης και ενοχλούνται εύκολα από ξαφνικούς ήχους ή εξωτερικά ερεθίσματα. Αυτή η αυξημένη εγρήγορση οδηγεί συχνά σε διαταραχές ύπνου και δυσκολίες συγκέντρωσης (Leech, 2024). Επίσης η υπερδιέγερση εμποδίζει την ικανότητα τους να επεξεργαστούν πλήρως αυτό που τους συμβαίνει, οδηγώντας τες και σε αποσύνδεση από την σωματική και την αισθητηριακή τους εμπειρία (Leventhal & Chang, 1991 • Leech, 2024).

Σε νευρολογικό επίπεδο, η μνήμη και σωματική μνήμη, είναι κατανεμημένη σε ολόκληρο το σώμα, καθώς οι πληροφορίες μεταδίδονται μεταξύ του εγκεφάλου και όλων των άλλων σημείων του σώματος, μέσω των συνάψεων του νευρικού συστήματος (Van der Kolk, 2022). Η σωματική μνήμη εξηγεί πώς οι γυναίκες θύματα βίας με PTSD παρουσιάζουν υπερβολικές σωματικές αντιδράσεις σε απλές

αισθητηριακές διεγέρσεις, όπως το άγγιγμα, οι οσμές, οι σωματικές αισθήσεις, οι κινήσεις και οι στάσεις του σώματος.

Το τραύμα των γυναικών είναι χρόνιο και παρατεταμένο. Μπορεί να περιλαμβάνει και άλλα παρελθοντικά τραύματα όπως η παιδική κακοποίηση και η κακοποίηση από προηγούμενη συντροφική σχέση (Kubany & Ralston, 2008). Υπό αυτό το πρίσμα ένα τραύμα υπάρχει μέσα σε ένα άλλο τραύμα και γι' αυτό σε αρκετές περιπτώσεις μπορεί να συνυπάρχει η μετατραυματική διαταραχή μαζί με κατάθλιψη.

ο Κατάθλιψη

Αρκετές γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας με PTSD εμφανίζουν υψηλά ποσοστά κατάθλιψης. Η κατάθλιψη χαρακτηρίζεται από αίσθημα κενού καθώς και από θλιμμένη και ευερέθιστη διάθεση, συνοδευόμενη από σωματικές και γνωστικές διεργασίες που επηρεάζουν αρνητικά την λειτουργικότητα τους (Maier & Seligman, 1976).

Σύμφωνα με την Mayo Clinic, (n.d.) γυναίκες που πάσχουν από κατάθλιψη περιγράφουν τη διάθεσή τους ως “πεσμένη”. Νιώθουν λυπημένες, απελπισμένες και αποθαρρημένες. Η απώλεια ενδιαφέροντος και ευχαρίστησης αποτελεί σχεδόν πάντα σύμπτωμα της κατάθλιψης. Ως αποτέλεσμα αρκετές από αυτές χάνουν το ενδιαφέρον τους για τα χόμπι και τις δραστηριότητες που προηγουμένως απολάμβαναν. Η κοινωνική απόσυρση και απομάκρυνση από την οικογένεια και τους φίλους είναι επίσης πολύ σύνηθες φαινόμενο.

Η κατάθλιψη έχει βαθιά επίδραση στην ικανότητα σκέψης, στην συγκέντρωση και στην λήψη αποφάσεων των γυναικών. Επειδή αποσπώνται εύκολα και βιώνουν

έντονη απώλεια μνήμης, οι δραστηριότητες που απαιτούν σκέψη και διανοητική επεξεργασία μπορεί να είναι απαγορευτικές για εκείνες. Σε άλλες περιπτώσεις μπορεί να εμφανίσουν κατατονία ή έλλειψη φροντίδας εαυτού και σώματος. Στις πιο ακραίες περιπτώσεις μπορεί να σκέφτονται συχνά τον θάνατο, να έχουν αυτοκτονικές σκέψεις και να κάνουν απόπειρες αυτοκτονίας (Mayo Clinic, n.d.).

ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ:

ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΜΕΣΩ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

10. Η ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑ ΜΕΣΑ ΑΠΟ ΤΟ ΠΡΙΣΜΑ ΤΗΣ ΝΕΥΡΟΕΠΙΣΤΗΜΗΣ

Η χοροθεραπεία ορίζεται από την American Dance Association (ADTA, n.d.) ως *«η ψυχοθεραπευτική χρήση του χορού και της κίνησης για την προώθηση της συναισθηματικής, κοινωνικής, γνωστικής και σωματικής ολοκλήρωσης του ατόμου, με σκοπό την βελτίωση της υγείας και της ευημερίας του»*.

Η χοροθεραπεία θεωρεί το σώμα ως ένα “δοχείο” που μπορεί αξιοποιηθεί στο πλαίσιο της θεραπείας μέσω των υποδοχών του και των συστημάτων του. Η κίνηση υπό αυτό το πρίσμα λειτουργεί ως “μέσο”, ως ένας μεσολαβητής που παρεμβαίνει για να οργανώσει και να αναδιοργανώσει τις νευρολογικές βάσεις της γνωστικής, σωματικής και συναισθηματικής λειτουργίας και να επιτρέψει θεραπευτικές αλλαγές (Vander Elst και συν., 2023).

Ως μορφή θεραπείας, η χοροθεραπεία εμπεριέχει τα εκφραστικά και τα δημιουργικά στοιχεία του χορού. Ο χορός ενδυναμώνει το κινούμενο άτομο δημιουργώντας συνοχή μέσω της σύνδεσης του νοητικού, του σωματικού και του συναισθηματικού επίπεδου. Η αίσθηση του εαυτού ως “όλου” είναι απόρροια της αντίληψης του σώματος ως “αγωγός”, που ενσαρκώνει κάθε φυσική και συναισθηματική έκφραση μέσα από δομημένες κινητικές δράσεις (Schott-Billmann, 1998, σ. 29).

« Όταν χορεύουμε με τα πόδια μας, χορεύουμε επίσης με τον εγκέφαλό μας, το υπόστρωμα στο οποίο συνδέεται άμεσα η ανθρώπινη ψυχή. Αυτό συμβαίνει επειδή ο εγκέφαλος δεν ελέγχει μόνο τη διάνοηση », υποστηρίζει η Schott-Billmann (2015, σ. 5). Σύμφωνα και με την Berrol (1992), η ψυχή και το σώμα συνδέονται μέσα από ένα περίπλοκο σύστημα διαδραστικών νευρωνικών δικτύων που λειτουργούν επηρεάζοντας το ένα το άλλο. Η οργάνωση και η δομή του εγκεφάλου αντικατοπτρίζουν μια εγγενώς διαδραστική διάταξη.

Ο εγκέφαλος επομένως, διαμεσολαβεί με την εξωτερική και την εσωτερική πραγματικότητα χωρίς καμία διαχωριστική γραμμή ανάμεσα στο σώμα και στον νου. Αντίθετα, όλα λειτουργούν μέσα σε ένα πλέγμα αλληλένδετων λειτουργιών. Πολλαπλές συνδέσεις και νευρικοί σταθμοί ενώνονται, συνδέοντας διαφορετικές περιοχές του εγκεφάλου που αναπτύχθηκαν διαδοχικά κατά τη διάρκεια της εξέλιξης (Schott-Billmann, 2015, σ. 5).

Επειδή η λειτουργία του εγκεφάλου βασίζεται στην επικοινωνία μεταξύ των διαφορετικών περιοχών και των επιπέδων του, η διαταραχή μιας και μόνο περιοχής μπορεί να έχει πολλαπλές επιδράσεις. Κατά συνέπεια ένα νευρολογικό ή παθολογικό γεγονός μπορεί να προκαλέσει διαταραχές τόσο στην κίνηση όσο και στην συμπεριφορά, δηλαδή να επηρεάσει ταυτόχρονα το σώμα και την ψυχή (Berrol, 1992, σ. 21).

Όμως σύμφωνα και με την Schott-Billmann (2015, σ. 7), για τον εγκέφαλο τίποτα δεν είναι οριστικό ή αποκλειστικό. Ο εγκέφαλος είναι ένα εξαιρετικά εύπλαστο όργανο, που βρίσκεται σε συνεχή διαδικασία μάθησης και τροποποίησης. Αυτή η ιδιότητα προσφέρει ένα θεμελιακό χαρακτηριστικό για την θεραπεία. Μπορεί μέσω των νευροδιαβιβαστών να επιφέρει τεράστιες αλλαγές, όπως να αντικαταστήσει νευρικά

κυκλώματα που έχουν διακοπεί ή να ανακαλέσει “ξεχασμένους” τρόπους συμπεριφοράς.

Ο χορός επηρεάζει την λειτουργία του νου, αναδιοργανώνοντας τα νευρικό σύστημα και τον τρόπο λειτουργίας του εγκεφάλου. Η σωματική δραστηριότητα πυροδοτεί αλλαγές που ενισχύουν την σύνδεση των κυττάρων μεταξύ τους αντανακλώντας την θεμελιακή ικανότητα του εγκεφάλου να προσαρμόζεται στις προκλήσεις. Στις πιο περίπλοκες κινήσεις, ο εγκέφαλος στέλνει σήματα κατά μήκος του δικτύου του, ενισχύοντας τις συνδέσεις τους (Hanna, 2012, σ. 908). Επίσης στον χορό οι νευρώνες, τα νευρικά κύτταρα απελευθερώνουν μικρές ποσότητες χημικών ουσιών, τους λεγόμενους νευροδιαβιβαστές, οι οποίοι με τη σειρά τους ενεργοποιούν άλλα κύτταρα που φέρουν αντίστοιχες ενώσεις. Στην πράξη, δημιουργείται ένα ηλεκτρικό κύκλωμα σε όλο τον εγκέφαλο που μεταδίδει όλα τα αισθητηριακά ερεθίσματα και τις κινητικές αντιδράσεις (Berrol, 1992). Αυτή η νευροπλαστικότητα στην οποία στηρίζεται η αποκατάσταση και η θεραπεία, παίζει θεμελιακό ρόλο και στην χοροθεραπεία (Vander Elst και συν., 2023).

Όπως αναφέρθηκε, ο εγκέφαλος ρυθμίζοντας τις αισθήσεις μέσω του αισθητηριακού φλοιού και τις μυϊκές αντιδράσεις μέσω του κινητικού φλοιού, επιτελεί συνδέσεις μεταξύ των συνειρμικών ζωνών, επιτρέποντας την σύνδεση με το περιβάλλον και τους άλλους (Berrol, 1992). Σε αυτή την διαδικασία σημαντικό ρόλο παίζουν οι “κατοπτρικοί νευρώνες”.

Σύμφωνα με τον Rizzolatti (Σακελλαρίδη, 2022), πρόκειται για μια κατηγορία νευρώνων που ενεργοποιούνται, είτε κατά την εκτέλεση μιας στοχευμένης κίνησης είτε κατά την παρατήρηση μιας εκτελούμενη κίνησης από κάποιον άλλο. Ονομάζονται νευρώνες “κατόπτρα”, επειδή η δραστηριότητα τους στον εγκέφαλο του παρατηρητή

φαίνεται να αντικατοπτρίζει την νευρωνική δραστηριότητα του ατόμου που κάνει την κίνηση (Σακελλαρίδη, 2022, σ. 11).

Οι κατοπτρικοί νευρώνες προτάθηκαν ως το νευρωνικό υπόβαθρο πολλών διαφορετικών λειτουργιών που υπάρχει ακόμα και σε απλές γνωστικές λειτουργίες, όπως στην κατανόηση του τελικού στόχου της κίνησης που εκτελείται από κάποιο άλλο άτομο. Επομένως ο ρόλος τους είναι πολύ σημαντικός και στην χορευτική δραστηριότητα η οποία προϋποθέτει την κατανόηση της κίνησης ενός ή και περισσότερων χορευτών/τριων (Hanna, 2012).

Η χοροθεραπεία χρησιμοποιεί τον καθρεφτισμό μέσω της κίνησης κατά την θεραπευτική διαδικασία, αξιοποιώντας την αντανάκλαση της εκφραστικής κινητικής συμπεριφοράς του/της θεραπευόμενου/ης από τον θεραπευτή/τρια και αντιστρόφως, με στόχο την δημιουργία μιας αμοιβαίας σχέσης. Η έμφαση δίνεται στην αντανάκλαση της ποιότητας της κίνησης και όχι απλώς στην μορφή της. Επομένως κατά την διάρκεια των χοροθεραπευτικών συνεδριών η κινητική ενσυναίσθηση μπορεί να καλλιεργηθεί μέσω της μίμησης και του συντονισμού των κινήσεων με τον θεραπευτή/τρια ή/ και με τους άλλους/ες θεραπευόμενους/νες (Koch και συν., 2014).

Και για την Berrol (1992), η σωματική κίνηση και κατ' επέκταση και ο χορός που αποτελεί πιο εξελιγμένη μορφή κίνησης, μπορεί να επηρεάσει τον ψυχισμό και να λειτουργήσει ως μέθοδος θεραπείας.

Σύμφωνα με τον Schwartz (2016) η εκούσια κίνηση προκύπτει από σήματα που μεταδίδονται μέσω ενός καναλιού επικοινωνίας, το οποίο συνδέει τον νου με τον φυσικό κόσμο. Η πρόθεση μπορεί να θεωρηθεί ως η επιθυμία αλλαγής στο περιβάλλον, η οποία ενσωματώνεται στα σήματα που προέρχονται από τον εγκέφαλο, τα οποία στην συνέχεια περνούν μέσα από το νευρικό σύστημα και καταλήγουν στους μύες, οι οποίοι

παράγουν μετατοπίσεις και δυνάμεις στο περιβάλλον. Οι συνεπαγόμενες αλλαγές στο εξωτερικό περιβάλλον δημιουργούν αισθήσεις που επιστρέφουν στο νευρικό σύστημα. Με αυτό τον τρόπο, τα συστήματα κίνησης μπορούν να ενσωματώσουν τόσο την πρόθεση όσο και την πρόβλεψη.

Η εκούσια κίνηση και η πρόθεση αποτελούν άλλωστε θεμελιώδη στοιχεία του χορού (Hanna, 2012). Σύμφωνα με την Hanna (2012, σ. 905), « *Ο χορός είναι η ανθρώπινη συμπεριφορά που αποτελείται από στοχευμένες και εκ προθέσεως, εκούσιες, ρυθμικές και πολιτισμικά καθορισμένες ακολουθίες μη λεκτικών κινήσεων του σώματος που εναλλάσσονται με ακινησία, μέσα στον χρόνο και στον χώρο και έχουν διαφορετικές ποιότητες* ».

Επίσης η πρόβλεψη στον χορό μπορεί να συμβεί ποικιλοτρόπως, επειδή οι πληροφορίες προέρχονται είτε από ακουστικά είτε από οπτικά και απτικά ερεθίσματα. Κατά συνέπεια η προβλεπτική διαδικασία στον χορό μπορεί να αφορά τόσο ακουστικές, όσο οπτικές και απτικές διεργασίες (Vander Elst και συν., 2023, σ. 3).

Επομένως αξιοποιώντας τον χορό, η χοροθεραπεία καθίσταται μια θεραπευτική παρέμβαση που στηρίζεται στην ικανότητα του σώματος να εκτελεί εκούσιες και με πρόθεση κινητικές ενέργειες. Επομένως η χοροθεραπεία έχει ως θεμελιώδεις αρχές την δράση και την πρόθεση για δράση (Berrol, 1992). Και οι δύο αρχές προϋποθέτουν αυτορρυθμιζόμενη κίνηση και όχι παθητική ή αντανακλαστική. Η δράση σημαίνει ότι ένα άτομο έχει την ικανότητα να κάνει κάποια κινητική ενέργεια προκειμένου να αντιδράσει κινητικά σε ένα άλλο άτομο, σε μια ομάδα ή σε μια κατάσταση. Η πρόθεση για δράση περιλαμβάνει τις πιο σύνθετες προσωπικές και εναλλακτικές επιλογές και αποφάσεις (Berrol, 1992).

Η σημασία της εκούσιας και της με πρόθεση κίνησης αναδεικνύει καθαρά την βασική οργανική διαδικασία που συνδέει τον νου με το σώμα σε κάθε σκόπιμη πράξη (Berrol, 1992).

Στην ουσία, αυτά τα θεωρητικά σχήματα επικυρώνουν περαιτέρω τις θεμελιώδεις αρχές της χοροθεραπείας δηλαδή ότι η ψυχή και το σώμα λειτουργούν αλληλεπιδραστικά και ότι μπορούν να θεραπευτούν μέσω του χορού και της κίνησης (Vander Elst και συν., 2023).

11. ΟΙ ΤΕΧΝΙΚΕΣ ΜΕΣΩ ΤΗΣ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ

ΘΥΜΑΤΑ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΒΙΑΣ

Σύμφωνα με την Pierce (2014) η κίνηση μπορεί να αποτελέσει τον βασικό πυρήνα μιας θεραπευτικής παρέμβασης: *«Η κίνηση έχει τη δύναμη να προκαλεί μνήμες, συναισθήματα, εικόνες και πόρους, οι οποίοι μπορούν να συνδεθούν μέσω της δημιουργικής διαδικασίας ώστε να δημιουργηθούν συνεκτικές αφηγήσεις που υποστηρίζουν την δημιουργία νοήματος και την ενσωμάτωση του εαυτού»* (σ. 13). Οι χοροθεραπευτές/τριες γνωρίζουν ότι η κίνηση και ο χορός μπορούν να βοηθήσουν τις γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας να αποκτήσουν πρόσβαση στα συναισθήματα τους και να τα επεξεργαστούν με σωματικό τρόπο.

Ενώ πολλές παραδοσιακές θεραπευτικές προσεγγίσεις βασίζονται στην λεκτική επικοινωνία μεταξύ θεραπευόμενου και θεραπευτή για να επιφέρουν αλλαγή, η χρήση του χορού και της κίνησης σε γυναίκες θύματα κακοποίησης προσφέρει έναν τρόπο πρόσβασης στην μη λεκτική επικοινωνία μέσω του σώματος (Leventhal & Chang, 1991). Ο Ogden (2010, σ. 1) αναφέρει ότι *«οι θεραπευτικές προσεγγίσεις που βασίζονται σε μια αισθησιοκινητική προσέγγιση, με την χρήση της επίγνωσης και της κίνησης μπορούν να βοηθήσουν τους θεραπευόμενους/ες να επανασυνδεθούν πλήρως με τη ζωή»*.

Στην χοροθεραπεία η κίνηση επιδρά στην σωματική και στην ψυχική επίγνωση των γυναικών θυμάτων ενδοοικογενειακής βίας λόγω του ότι επιτρέπει την άμεση πρόσβαση στο ασυνείδητο. Για τις γυναίκες θύματα, μπορεί να είναι δύσκολο και επώδυνο να εστιάσουν στο σώμα τους, ειδικά για όσες έχουν αποσυνδεθεί από αυτό (Leventhal & Chang, 1991 • Walker, 1989 • Forde & Duvvury, 2020). Κατά την Fuller (2019), ο προσανατολισμός στην μικρού εύρους κίνηση κατά την διάρκεια των αρχικών σταδίων της θεραπείας, μπορεί να υποστηρίξει την επανασύνδεση της

γυναίκας θύματος ενδοοικογενειακής βίας με το σώμα της και να επιτρέψει την αυτορρύθμιση της.

Οι παρακάτω τεχνικές είναι ιδιαίτερα ωφέλιμες για τις γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας:

- ✓ Κίνηση Καθρεφτισμού (Mirroring)

Ένας τρόπος για να ενισχυθεί η σωματική και η ψυχική επίγνωση των γυναικών είναι μέσω της τεχνικής του καθρεφτισμού (McGarry & Russo, 2011 • Berrol, 1992). Η καθρεφτική κίνηση ενισχύει τον συντονισμό και την συναισθηματική κατανόηση μεταξύ της γυναίκας θύματος ενδοοικογενειακής βίας και του χοροθεραπευτή/τριας. Αυτό επικοινωνεί στην γυναίκα ότι την “βλέπουν” και ότι είναι παρούσα, ενισχύοντας την συγκρότηση της αίσθησης του εαυτού (Fuller, 2019).

- ✓ Ενίσχυση του Εύρους της Κίνησης

Η ενίσχυση του εύρους της κίνησης είναι ένα πολύ σημαντικό θεραπευτικό εργαλείο, ειδικά για τις γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας που έχουν βιώσει την αίσθηση της ακινησίας και “παγίδευσης” στο σώμα τους. Στα αρχικά στάδια της θεραπείας, η εξερεύνηση της διευρυμένης κίνησης μπορεί να υποστηριχθεί μέσω της συμβολικής κίνησης (Schmais, 1985). Αυτή η κινητική μεταφορά παρέχει την ευκαιρία στις γυναίκες να βιώσουν ένα ευρύτερο φάσμα κινήσεων με ασφαλές τρόπο (Fuller, 2019). Ο εμπλουτισμός του κινητικού τους ρεπερτορίου ενισχύει την επίγνωση για την επούλωση των τραυματικών τους εμπειριών και την αποκατάσταση της σχέσης με το σώμα τους.

✓ Όρια

Λόγω της έλλειψης ορίων στις διαπροσωπικές σχέσεις των γυναικών θυμάτων ενδοοικογενειακής βίας, ο επανακαθορισμός τους, αποτελεί σημαντικό στάδιο της θεραπευτικής διαδικασίας. Τα όρια μπορούν να εξερευνηθούν μέσω της κίνησης με πολλούς τρόπους. Στην χοροθεραπεία αυτές οι παρεμβάσεις συχνά περιλαμβάνουν την εξερεύνηση του χώρου της “κοινόσφαιρας” (Fuller, 2019).

Η ενσώματη εμπειρία της εξερεύνησης των ορίων, μέσω της έντασης και της χαλάρωσης, της κίνησης των ποδιών στο πάτωμα ή της έκτασης των χεριών, επιτρέπει επίσης την επίγνωση και μπορεί να υποστηρίξει την θεραπεία των θυμάτων ενδοοικογενειακής βίας (Fuller, 2019).

✓ Ρυθμός και Γείωση

Ο ρυθμός αποτελεί δομικό στοιχείο στις συνεδρίες της χοροθεραπείας και αρκετές φορές αξιοποιείται για την αποκατάσταση του αισθήματος του ελέγχου (Schmais, 1985). Ο ρυθμός χρησιμοποιείται και ως μέσο ενίσχυσης των σχέσεων. Η σύνδεση και η εδραίωση μέσω του ρυθμού μπορούν να υποστηρίξουν την σύνδεση των γυναικών θυμάτων ενδοοικογενειακής βίας με το σώμα τους και την συναισθηματική και κοινωνική σύνδεση με τους άλλους (Fuller, 2019).

Ο ομαδικός ρυθμός αξιοποιείται στην χοροθεραπεία γιατί προάγει στα μέλη της ομάδας την συγχρονισμένη και ρυθμική κίνηση, θεμελιώνοντας με αυτόν τον τρόπο μια αίσθηση ομαδικότητας και αποδοχής (Schmais, 1985). Ένα τέτοιο παράδειγμα ομαδικού ρυθμού είναι όταν όλα τα μέλη περπατούν ή κινούνται στον ρυθμό της μουσικής (Schott-Billmann, 1998).

Όπως αναφέρει η Taylor (2017), η Chace χρησιμοποιούσε τον ρυθμό για να οργανώσει τις ατομικές συμπεριφορές της ομάδας και να δημιουργήσει μια αίσθηση εξατομίκευσης ανάμεσα στα μέλη. Επίσης αξιοποιούσε τον ρυθμό για να διευκολύνει και να υποστηρίξει την διερεύνηση και την έκφραση των συναισθημάτων μέσα σε ένα οργανωμένο ομαδικό πλαίσιο.

✓ Ομάδα

Οι κινήσεις στις ομάδες της χοροθεραπείας μπορεί να είναι επαναλαμβανόμενες επιτρέποντας σε όλα τα μέλη να συμμετάσχουν (Schmais, 1985). Η ισότιμη πρόσβαση στις ρυθμικές κινήσεις τα βοηθά να καλλιεργήσουν την αίσθηση ότι είναι ίσα με τους/τις άλλους/ες στην ομάδα (Schott-Billmann, 1998). Ειδικά για τις γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας, η θεμελίωση της ισότητας και της ατομικότητας είναι σημαντική γιατί ενισχύει την αλληλεπίδραση και την σύνδεση τους με τους άλλους (Taylor, 2017).

Μέσα σε αυτό το πλαίσιο, η ομαδική χοροθεραπεία είναι ωφέλιμη για γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας, επειδή ένας μεγάλος αριθμός από αυτές αντιμετωπίζει θέματα αυτοεκτίμησης. Η Chace (Taylor, 2017) αξιοποιούσε τον “κύκλο” για να διασφαλίσει ότι όλα τα μέλη είναι ισότιμα στον χώρο. Αυτή η επιδιωκόμενη “ενσυναίσθηση” της ομάδας, ενθαρρύνει τα μέλη να κινηθούν με αυθεντικότητα και επιδιώξουν την υποστήριξη και την αποδοχή της ομάδας. Η ομαδική “ενσυναίσθηση” είναι πολύ σημαντική για τις γυναίκες που έχουν υποστεί ενδοοικογενειακή βία, γιατί λόγω του τραυματικού δεσμού της κακοποιητικής σχέσης, είναι δύσκολο να αποδεχτούν τον εαυτό τους. Μέσα στην θεραπευτική ομάδα, οι γυναίκες θύματα αποκτούν σωματική υπόσταση και σταδιακά μπορούν να ανακτήσουν την αποδοχή του εαυτού

τους. Μια τεχνική που είναι πολύ βοηθητική στην ενίσχυση της αυτοεκτίμησης τους, είναι η κίνηση σε ζευγάρια (Taylor, 2017).

✓ Δημιουργικός Χορός και Αυτοσχεδιασμός

Επίσης σύμφωνα με τις Leventhal & Chang (1991), ο δημιουργικός χορός και ο αυτοσχεδιασμός, είναι ιδιαίτερα ωφέλιμες τεχνικές για τις γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας. Η συμβολική κίνηση προσφέρει στις γυναίκες ένα “τόπο” περιγραφής και έκφρασης των κακοποιητικών βιωμάτων (Leventhal & Chang, 1991). Η κίνηση μέσα στο θεραπευτικό πλαίσιο, επιτρέπει την απελευθέρωση των συναισθημάτων και την ανάκτηση του ελέγχου της κίνησης, του σώματος και της αυτονομίας τους.

Οι Leseho & Maxwell (2010) διαπίστωσαν ότι η δημιουργική κίνηση μπορεί να προάγει ένα αίσθημα “ριζώματος” στο σώμα, το οποίο με την σειρά του ενισχύει την σύνδεση μεταξύ σκέψεων, συναισθημάτων και σωματικών εμπειριών. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τις γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας, οι οποίες συχνά αντιμετωπίζουν δυσκολίες στο να αναγνωρίσουν, να ονοματίσουν και να έρθουν σε επαφή με τα συναισθήματα τους και το σώμα τους. Οι Leseho & Maxwell (2010) διαπίστωσαν επίσης ότι η δημιουργική κίνηση μπορεί να προκαλέσει θετικές αλλαγές στα βιωμένα συναισθήματα, προωθώντας την τροποποίηση τους.

12. ΟΙ ΕΡΕΥΝΕΣ ΚΑΙ ΟΙ ΠΑΡΕΜΒΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΧΟΡΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΘΥΜΑΤΑ ΕΝΔΟΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΗΣ ΒΙΑΣ

12.1. Η έρευνα και η παρέμβαση της Margolin

Η Margolin (2019) στο άρθρο της «*Breaking Free: One Adolescent Woman's Recovery from Dating Violence Through Creative Dance*» αναφέρεται στην ποιοτική έρευνα που διεξήγαγε, μελετώντας κινητικά την θεραπευτική πορεία μιας έφηβης με ιστορικό βίας στις συντροφικές τις σχέσεις. Σχεδίασε ένα πρόγραμμα δημιουργικής χορογραφίας, αξιοποιώντας την τεχνική “Του Κουτιού του Χορού” και τις βασικές αρχές της χοροθεραπείας, θέτοντας το παρακάτω ερευνητικό ερώτημα: Με ποιους τρόπους ο δημιουργικός χορός επηρεάζει την σχέση των εφήβων γυναικών με τον εαυτό τους;

Στην έρευνα της, η Margolin επικεντρώθηκε στην έφηβη που εκείνη την περίοδο βρισκόταν σε μια βίαιη συντροφική σχέση, ενώ παράλληλα συνεργάστηκε με 4 ακόμη κοπέλες. Οι συμμετέχουσες ήταν όλες συμμαθήτριες στην ομάδα χορού του σχολείου και η έφηβη στην οποία αναφέρεται η μελέτη περίπτωσης, ήταν μέλος αυτής της ομάδας. Τα μέλη της ομάδας της Margolin συναντιόνταν 1 φορά την εβδομάδα, για 3 μήνες.

Η Margolin παρατήρησε μέσω της κίνησης, τα συναισθήματα, τις αισθήσεις και τις επιθυμίες της κινούμενης, όπως αυτές εκδηλώθηκαν αυθόρμητα. Γνωρίζοντας ότι η χαμηλή αυτοεκτίμηση, ο φόβος και η ενοχή, μπορούν να εμποδίσουν την δημιουργικότητα, καθοδήγησε την κινούμενη σε μια κινητική εμπειρία επιτρέποντας τις σωματικές της αισθήσεις, τα συναισθήματα και τις εικόνες, να αναδυθούν.

Οι δομικές ποιότητες της κίνησης του Laban αποτέλεσαν την βάση πάνω στην οποία χτίστηκε το μεγαλύτερο μέρος της κινητικής ακολουθίας. Ενσωματώνοντας απλούς δομικούς κανόνες για την κινούμενη, οι συνεδρίες περιείχαν οδηγίες όπως “φαντάσου το νερό να ρέει μέσα σου και γύρω σου” ή “φαντάσου να κινείσαι σαν σύρμα ή σαν πηλός” (σ. 8). Παράλληλα η χοροθεραπεύτρια υιοθέτησε αρχές της Αυθεντικής Κίνησης, της Κινησιοθεραπείας καθώς και της φεμινιστικής προσέγγισης για να υποστηρίξει την θεραπευτική διαδικασία.

Στην αρχή, οι κινήσεις της κινούμενης ήταν μικρές σε εύρος και μονοδιάστατες, όμως με την πάροδο του χρόνου, η κίνηση της απέκτησε μεγαλύτερο εύρος. Η κινούμενη άρχισε να χορεύει με διαφορετικές κινητικές ποιότητες, γεγονός που επέτρεψε να επέλθουν σημαντικές κινητικές, γνωστικές και ψυχικές αλλαγές.

Η κινούμενη αναγνώρισε αφενός την “μπαλετική”, την εξωτερική της όψη, ως τον τρόπο που την βλέπουν οι άλλοι, δηλαδή ως ελεγκτική και αυστηρή και αφετέρου, την εσωτερική της όψη, ως τον τρόπο που βλέπει τον εαυτό της, δηλαδή ως “άγρια” και παθιασμένη. Σταδιακά κατάφερε να εναρμονίσει αυτά τα κατακερματισμένα στοιχεία, επιτρέποντας την αρμονική συνύπαρξη τους· αφενός την ανάγκη της για έλεγχο και αφετέρου την αποδοχή του αισθήματος της εγκατάλειψης. Αυτή η συνειδητοποίηση αποτέλεσε ορόσημο για την κινούμενη, γιατί την βοήθησε να αλλάξει τον πολωμένο τρόπο της σκέψης της.

Ενεργοποιώντας την βιωματική της μνήμη από την προ υπάρχουσα χορευτική της εμπειρία και την κίνηση της “στο εδώ και τώρα”, η κινούμενη, διερεύνησε και διεύρυνε τις διαφορετικές όψεις του εαυτού της, επιτρέποντας την ενοποίηση τους. Μετά από αυτό, άρχισε να αποφασίζει αυτοβούλως, να παίρνει πρωτοβουλίες, να

σκέφτεται ελεύθερα και να γίνεται πιο ανοιχτή στην επικοινωνία με τους φίλους και τους συνομήλικους της.

Οι επαναλαμβανόμενες και με διαφορετικό εύρος κινήσεις της στον χώρο, λειτούργησαν ως κινητική μεταφορά, οδηγώντας την κινούμενη σε μια γνωστική επέκταση. Η διαφορετική κινητική εμπειρία είχε ως αποτέλεσμα την πλήρη εξάλειψη της εσωτερικευμένης φωνής του κακοποιητή που κυριαρχούσε στις σκέψεις, στα συναισθήματα και στην συμπεριφορά της, βοηθώντας την να αντικαταστήσει την φωνή του κακοποιητή, με την δική της.

Κατά το κλείσιμο του κύκλου των συνεδριών, η κινούμενη ήρθε σε επαφή και με την θηλυκή της πλευρά και συνδέθηκε με την εσωτερική της φωνή και με το σώμα της. Ενδυναμώθηκε και απέκτησε υπόσταση εαυτού, γεγονός που επηρέασε και σηματοδότησε την απόφαση της, να εγκαταλείψει τον βίαιο σύντροφό της.

Η παρέμβαση της Margolin που βασίστηκε στον χορό επέτρεψε στην έφηβη να αποκτήσει έλεγχο στο σώμα της και επίγνωση στα συναισθήματα της. Μέσω του χορού και της κίνησης, το “αποτύπωμα” της σωματικής, σεξουαλικής και ψυχολογικής βίας που είχε βιώσει η κινούμενη, έγινε από ασυνείδητο συνειδητό, σηματοδοτώντας την απόφαση της να φύγει από την κακοποιητική της σχέση.

Τα ευρήματα έδειξαν ότι ο χορός λειτούργησε ως μια ολοκληρωμένη προσέγγιση που συνέδεσε το σώμα και τον νου της έφηβης, για να αποκατασταθεί το ψυχικό τραύμα. Έφηβες αλλά και γυναίκες κάθε ηλικίας που έχουν υποστεί βία στις σχέσεις τους, συχνά αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην επούλωση των ψυχικών τους τραυμάτων. Κατά συνέπεια η παρέμβαση μέσω του χορού μπορεί να διευκολύνει την θεραπεία του τραύματος, ενισχύοντας την αυτογνωσία, την αυτοεκτίμηση και την ενδυνάμωση των γυναικών.

12.2. Η έρευνα και η παρέμβαση της Devereaux

Η Devereaux (2008) στο άρθρο της «*Untying the Knots: Dance/Movement Therapy with a Family Exposed to Domestic Violence*», παρουσιάζει μια μελέτη περίπτωσης στην οποία αξιοποιήθηκε η χοροθεραπεία, ως κύρια θεραπευτική παρέμβαση σε μια οικογένεια με ιστορικό ενδοοικογενειακής βίας. Η ανάλυση βασίστηκε στην υπόθεση, ότι η ενδοοικογενειακή βία επηρεάζει όχι μόνο τις γυναίκες που υφίστανται την κακοποίηση, αλλά και τα παιδιά τους, ως μάρτυρες περιστατικών βίας.

Στην οικογένεια που ανέλυσε η Devereaux, ο πατέρας του παιδιού, μια από τις κύριες φιγούρες δεσμού, ήταν ο θύτης της ενδοοικογενειακής βίας και η πηγή τρόμου για το παιδί. Επιπλέον η ικανότητα της μητέρας, της άλλης κύριας φιγούρας δεσμού, να είναι συναισθηματικά διαθέσιμη στις ανάγκες του παιδιού της, ήταν μειωμένη, καθυστερημένη ή ασυνεπής .

Στην περίπτωση που μελέτησε η Devereaux, το κορίτσι της οικογένειας, ηλικίας 8 ετών είχε γίνει αρκετές φορές, μάρτυρας βίαιων επεισοδίων. Σε ένα από αυτά τα περιστατικά, ο πατέρας άρπαξε την μητέρα της από τα μαλλιά, την έσυρε στο πάτωμα και μετά την χτύπησε, αφήνοντας την με μάτια μαυρισμένα.

Το κορίτσι παραπονιόταν συχνά για σωματικά συμπτώματα, όπως πονοκεφάλους, πόνους στο στομάχι και δυσκοιλιότητα. Επιπρόσθετα, ήταν υπερκινητικό, είχε δυσκολίες στον ύπνο και αντιμετώπιζε προβλήματα συγκέντρωσης. Στην περίπτωση του κοριτσιού, τα τραυματικά συμπτώματα είχαν σωματοποιηθεί, επειδή δυσκολευόταν να εκφράσει τα συναισθήματά της, τόσο λεκτικά όσο και μη λεκτικά.

Όταν το παιδί είναι συναισθηματικά φορτισμένο, η μητέρα το βοηθά να ρυθμίσει και να εμπεριέξει τα αρνητικά του συναισθήματα. Μέσα από αυτόν τον διαπροσωπικό “χορό”, το παιδί και η μητέρα μπαίνουν σε μια κατάσταση αμοιβαίας ρύθμισης του συναισθήματος (Schott-Billmann, 1998). Όσο αυτός ο “χορός” γίνεται πιο σύνθετος, τόσο το παιδί εξαρτάται λιγότερο από τη μητέρα και σταδιακά αποκτά την ικανότητα να αυτορυθμίζεται.

Η Devereaux, υποστηρίζει ότι αυτός ο συντονισμός είναι μια κινητική και συναισθηματική αίσθηση του άλλου. Είναι η γνώση του ρυθμού, του συναισθήματος και της εμπειρίας του παιδιού, η οποία δημιουργεί μια διπλή εμπειρία συνδεσιμότητας, προσφέροντας έναν συναισθηματικό “αντίλαλο”. Ο συντονισμός γίνεται αντιληπτός όχι μόνο μέσω των λέξεων, αλλά και μέσω των εκφράσεων του προσώπου και των κινήσεων του σώματος, σηματοδοτώντας στο παιδί ότι το συναίσθημα και οι ανάγκες του γίνονται αντιληπτές.

Αντίθετα, όταν υπάρχουν επαναλαμβανόμενες εμπειρίες απουσίας συντονισμού, όπως όταν ο/η φροντιστής/τρια αδυνατεί να καταπραΰνει την αίσθηση δυσφορίας του παιδιού, ή όταν ο/η ίδιος ο φροντιστής/τρια αποτελεί πηγή τρόμου για εκείνο ή όταν ο/η φροντιστής/τρια δεν μπορεί να ανταποκριθεί στα συναισθήματα του παιδιού, εξαιτίας των δικών του/της φόβων ή εσωτερικών συγκρούσεων, το παιδί αναπτύσσει έναν ανασφαλή τύπο δεσμού. Τέτοιες συνθήκες εμφανίζονται συχνά σε περιβάλλοντα με ενδοοικογενειακή βία.

Η Devereaux στην συγκεκριμένη μελέτη περίπτωσης, αξιοποίησε την αρχή της ρύθμισης του συναισθήματος, για να βοηθήσει την ανάπτυξη ενός ασφαλούς τύπου δεσμού. Έτσι η θεραπεία μέσω χορού και κίνησης αποτέλεσε μια αποτελεσματική θεραπευτική παρέμβαση που υποστήριξε την ανάπτυξη της συναισθηματικής

συγχρονικότητας. Μέσω της χοροθεραπείας επετεύχθη μια επιτυχημένη διαχείριση των σωματικών και συναισθηματικών μοτίβων συμπεριφοράς και μια διορθωτική διαδικασία ανάμεσα στην μητέρα-θύμα με το παιδί-μάρτυρα των περιστατικών βίας, επιτρέποντας την ανάπτυξη ενός υγιούς δεσμού μεταξύ τους, που είχε διαρραγεί από το τραύμα της κακοποίησης.

12.3. Η έρευνα και η παρέμβαση της Sbiglio

Η Sbiglio (2006) στο άρθρο της «*Dance/movement therapy and non-verbal assessment of family violence: A pilot comparative study*», αναφέρεται στην πιλοτική συγκριτική μελέτη που έκανε μεταξύ δύο οικογενειών, όπου στην μια υπήρχε ιστορικό βίας ενώ στην άλλη όχι. Όλες οικογένειες κατάγονταν από το Πουέρτο Ρίκο και ανήκαν στην ίδια κοινωνική και οικονομική τάξη.

Βασιζόμενη στην συστημική θεωρία και στις αρχές της χοροθεραπείας, η Sbiglio διερεύνησε εάν υπάρχουν διαφορές στο επίπεδο της μη λεκτικής αλληλεπίδρασης και της συμπεριφοράς μεταξύ των μελών των δύο οικογενειών. Η αξιολόγηση των παρατηρήσεων για κάθε οικογένεια έγινε βάσει της κλίμακας «Μη Λεκτικής Αξιολόγησης των Οικογενειακών Συστημάτων» της Dulicai (Sbiglio, 2006).

Όπως αναφέρει η Sbiglio (2006, σ. 142), η Dulicai σε παλαιότερη έρευνα της, ανέλυσε ειδικά μοτίβα κίνησης που συσχετίζονται με την ύπαρξη βίαιων συμπεριφορών. Επομένως σύμφωνα με την Dulicai, οι βίαιες συμπεριφορές συνδέονται με τις παρακάτω κινητικές ποιότητες:

- ❖ από περιορισμένη έως πολύ περιορισμένη ροή
- ❖ δύναμη ως κύρια ή/και μοναδική κινητική πρόθεση
- ❖ κυριαρχία στον χώρο
- ❖ απότομη και άμεση κίνηση

Η κλίμακα αξιολόγησης της Dulicai όπως αναφέρει η Sbiglio (2006) συνδύαζε κινησιολογικούς παράγοντες και την ανάλυση της κίνησης σύμφωνα με τις θεωρίες του Laban προσαρμοσμένη στα οικογενειακά συστήματα. Η Dulicai (Sbiglio, 2006)

διαπίστωσε ότι οι αλληλουχίες των αλληλεπιδράσεων μεταξύ των μελών της οικογένειας επαναλαμβάνονταν ως μοτίβα συμπεριφοράς, παρέχοντας πληροφορίες με προγνωστική αξία.

Στα πλαίσια της έρευνας της η Sbiglio έκανε, υπό την επίβλεψη της Dulicai, τροποποιήσεις στην αρχική κλίμακα. Η τελική κλίμακα της έρευνας περιλάμβανε τα παρακάτω:

- την χρήση επιλεγμένων στοιχείων που αφορούσαν την έκφραση των συναισθημάτων, τα όρια του σώματος, την αφή και την σωματική εναρμόνιση.
- την επισήμανσή των ποιοτήτων της πρόθεσης που σχετίζονταν με την σύνδεση, δηλαδή την οποιαδήποτε σωματική επαφή ή άγγιγμα ανάμεσα σε δύο άτομα ή/και τις μετατοπίσεις στην στάση του σώματος.
- τις διαφοροποιήσεις στην βαθμολογία των μετατοπίσεων στάσης (προς/μακριά από) για καλύτερη παρατήρηση.

Τα αποτελέσματα (Sbiglio 2006) κατέδειξαν την ύπαρξη κινητικών διαφορών, μεταξύ των οικογενειών με ιστορικό βίας και των οικογενειών χωρίς ιστορικό βίας:

- στις προτιμώμενες συμπεριφορές αλληλεπίδρασης
- στις προτιμώμενες ποιότητες των κινήσεων και στις κινητικές συμπεριφορές που εκτελέστηκαν.

Ενδιαφέρουσα ήταν η παρατήρηση, της ύπαρξης μεγαλύτερης συχνότητας φυσικής επαφής και της ύπαρξης ισχυρού δεσμού στις οικογένειες με ιστορικό βίας. Επίσης σημαντικό ήταν ότι στις αλληλεπιδράσεις κυρίως μεταξύ αδελφών, σχεδόν το 65% της φυσικής επαφής, εκφραζόταν με την μορφή χτυπημάτων, τραβήγματων ή

αρπαγών. Σε οικογένειες χωρίς ιστορικό βίας, η παρουσία τραβήγματος, αρπάγματος ή χτυπήματος αντιστοιχούσε μόνο στο 15% των συμπεριφορών και δεν συνδέονταν με την παρουσία επιθετικών ποιοτήτων σε υψηλή κλίμακα.

Η διαφορά ανάμεσα στον τύπο του δεσμού και στον τρόπο που εκδηλώνονταν, αναδείχθηκε από την παρατήρηση της ποιότητας των κινήσεων. Η βασική διαφορά στις ποιότητες της κίνησης που σχετίζονταν με τον δεσμό, ήταν ότι στις οικογένειες με ιστορικό βίας υπήρχε συγκρατημένη ροή, συνδυασμένη με επιθετικές ποιότητες ενώ στις οικογένειες χωρίς βία, δεν υπήρχε αυτός ο συνδυασμός ποιοτήτων. Αντίθετα οι οικογένειες χωρίς ιστορικό βίας παρουσίασαν υψηλότερο αριθμό χειρονομιών και κινήσεων σωματικής εναρμόνισης.

Ένα ακόμη ενδιαφέρον εύρημα ήταν ότι στις οικογένειες με ιστορικό βίας υπήρχε υψηλή συχνότητα αλλαγών στην στάση του σώματος. Η πλειονότητα των αλλαγών στην στάση του σώματος, σχετίζονταν με μετατόπιση του άξονα του σώματος προς τα πίσω, γινόταν με γρήγορη ταχύτητα και είχε ως κυρίαρχες ποιότητες, είτε την συγκρατημένη ροή είτε την δύναμη. Οικογένειες χωρίς ιστορικό βίας παρουσίαζαν και αυτές σημαντικό αριθμό αλλαγών στις μετατοπίσεις του σώματος, αλλά η μετατόπιση ήταν προς τα εμπρός και γινόταν με διαφορετικό συνδυασμό ποιοτήτων από τις οικογένειες στις οποίες υπήρχε βία.

Τέλος αξίζει να αναφερθεί ότι στα παιδιά των οικογενειών με ιστορικό βίας παρατηρήθηκαν εκδραματίσεις της βίαιης συμπεριφοράς και αυτοτραυματισμοί.

Η πιλοτική έρευνα της Sbiglio, καθίσταται ιδιαίτερα σημαντική λόγω του ότι δίνει έμφαση στον συνδυασμό των κινητικών ποιοτήτων που σχετίζονται με τον δεσμό στις οικογένειες με βία. Τα συμπεράσματα είναι ιδιαίτερα σημαντικά και λόγω του ότι εμπεριέχουν την μη λεκτική προσέγγιση στην θεραπεία της ενδοοικογενειακής βίας.

Λαμβάνοντας υπόψη ότι οι γυναίκες θύματα βίας, συχνά διστάζουν ή φοβούνται να αναφέρουν την σωματική, ψυχολογική και σεξουαλική βία που υφίστανται, ένα τέτοιο μη λεκτικό εργαλείο είναι πολύ χρήσιμο στην κλινική αξιολόγηση των περιστατικών. Επίσης μπορεί να είναι ιδιαίτερα διευκολυντικό στην αξιολόγηση της επικινδυνότητας στα περιστατικά ενδοοικογενειακής βίας.

12.4. Η έρευνα και η παρέμβαση της Nikol

Στο άρθρο με τίτλο «*A new Pathway to Healing for Women Survivors of Intimate Partner Violence*», αναφέρεται η έρευνα της Nikol (2024), σε γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας, που διέμεναν σε έναν ξενώνα φιλοξενίας στην Ολλανδία.

Η Nikol (2024) στην έρευνα της, σχεδίασε μια παρέμβαση μέσω χοροθεραπείας, βασισμένη στην θεωρία του τραύματος. Η παρέμβαση θεμελιώθηκε από την εκφραστική και κοινωνική παράδοση του ελληνικού χορού, που ιστορικά είναι συνδεδεμένη με την τελετουργία, τον εορτασμό και την ίαση.

Η πιλοτική παρέμβαση της Nikol (2024), ενσωμάτωνε τις αρχές τις χοροθεραπείας με τον ελληνικό παραδοσιακό χορό έχοντας ως στόχο την μέτρηση της επίδρασης των πολιτισμικά “ριζωμένων” χορευτικών πρακτικών στην αποκατάσταση του τραύματος των γυναικών που έχουν υπάρξει θύματα ενδοοικογενειακής βίας. Επίσης η ερευνήτρια είχε στόχο, να αξιολογήσει το κατά πόσο ο ελληνικός παραδοσιακός και ο λαϊκός χορός μπορεί να μειώσει το άγχος των γυναικών θυμάτων, να τις συνδέσει με τον σώμα τους και να ενισχύσει την αυτοεκτίμηση τους. Επίσης πρόθεση της ήταν να προωθήσει την χοροθεραπεία, ως αποτελεσματική θεραπευτική πρακτική καθώς και να ευαισθητοποιήσει για θέματα έμφυλης βίας κατά των γυναικών.

Η έρευνα περιλάμβανε 15 συνεδρίες που διήρκησαν από τον Μάρτιο έως τον Αύγουστο του 2024. Οι συμμετέχουσες ήταν 6 γυναίκες, με ιστορικό τραύματος, κάθε μια προερχόμενη από διαφορετικό πολιτισμικό πλαίσιο. Όλες διέμεναν στο “Oranje Huis”, έναν ξενώνα φιλοξενίας για γυναίκες θύματα βίας στο Άμστερνταμ.

Στα πλαίσια της παρέμβασης, παραδοσιακά αρσενικοί ελληνικοί χοροί εκτελέστηκαν από τις συμμετέχουσες. Οι γυναίκες κινήθηκαν με χειρονομίες δύναμης,

σε θέση κατακόρυφου άξονα και γείωσης, ποιότητες που συνήθως δεν εκφράζονταν από εκείνες. Αυτή η σωματική κίνηση διεκδίκησης της κάθετης θέσης και του “ανοιχτού” στήθους αποδείχθηκε κάτι περισσότερο από μια κίνηση. Ήταν μια ενσώματη δήλωση αυτονομίας και πνευματικής κυριαρχίας. Ανάλογες κινήσεις επέτρεψαν στις συμμετέχουσες να ξαναγράψουν την ιστορία του τραύματός τους, με παρουσία, ρυθμό και γείωση.

Οι γυναίκες που συμμετείχαν στο πρόγραμμα, συνδέθηκαν με τον προσωπικό τους ρυθμό, την φωνή και την ιστορία τους. Έτσι ο ελληνικός χορός, ενταγμένος σε ένα πλαίσιο εστιασμένο στην θεραπεία τραύματος, αποτέλεσε ένα μεταμορφωτικό μέσο. Μέσα από την σωματική και συμβολική κίνηση καθώς και την λειτουργία της ομάδας, οι γυναίκες ανακαλύψαν κομμάτια του εαυτού τους που είχαν απωλέσει και κατάφεραν να τα ξανασυνθέσουν.

Στα πλαίσια της έρευνας, η αυτοεκτίμηση αξιολογήθηκε με τη χρήση της “Κλίμακας Αυτοεκτίμησης” του Rosenberg (Nikol, 2024), ενώ αξιολογήθηκαν και τα επίπεδα άγχους.

Τα κύρια ποσοτικά ευρήματα ήταν:

- ✓ Αυξήθηκε σημαντικά η αυτοεκτίμηση, από μέσο όρο 18.0 σε 25.5.
- ✓ Καταγράφηκε μια ήπια αύξηση στο άγχος, πιθανότατα αντικατοπτρίζοντας την ενισχυμένη συναισθηματική επίγνωση.
- ✓ Εμφανίστηκε υψηλό μέγεθος κλινικής επίδρασης, υποδηλώνοντας ότι η παρέμβαση είχε θεραπευτικό αποτέλεσμα.

Τα αποτελέσματα της έρευνας τόσο ποιοτικά όσο και ποσοτικά, ανέδειξαν τον χορό ως μια ισχυρή θεραπευτική μέθοδο, ικανό να γεφυρώσει το σώμα και την μνήμη των γυναικών θυμάτων βίας και να ξανασυνθέσει την ιστορία τους, επαναφέροντας την αυτονομία και την ζωτικότητα τους, που είχε πληγεί από το τραύμα της κακοποίησης. Παράλληλα ανάδειξε το πλούσιο δυναμικό των παραδοσιακών χορών αναφέροντας ότι αντίστοιχα και άλλοι παραδοσιακοί χοροί μπορούν να λειτουργήσουν ως πολιτισμικά θεραπευτικά εργαλεία.

12.5. Η έρευνα και η παρέμβαση των Özümerzifon, Ross, Brinza, Gibney & Garber

Στο άρθρο τους οι Özümerzifon και συν. (2022), παρουσίασαν τα αποτελέσματα της έρευνας τους, για την επίδραση της χοροθεραπείας στις γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας, κατά την διάρκεια της πανδημίας COVID-19.

Οι συμμετέχουσες επιλέχθηκαν από το “Sanctuary For Families” (SFF), έναν μη κερδοσκοπικό οργανισμό παροχής υπηρεσιών για ενδοοικογενειακή βία στην Νέα Υόρκη. Οι περισσότερες από αυτές ήταν γυναίκες θύματα βίας, χαμηλής κοινωνικοοικονομικής τάξης και σε ποσοστό άνω του 90% ήταν γυναίκες πολλαπλών διακρίσεων, έγχρωμές και μετανάστριες, με παιδιά κάτω των 18 ετών.

Το ερευνητικό πρόγραμμα, διεξήχθη κατά την διάρκεια των περιορισμών της πανδημίας από το φθινόπωρο 2020 έως το καλοκαίρι 2021. Η συλλογή των δεδομένων και όλα τα εργαστήρια πραγματοποιήθηκαν διαδικτυακά μέσω της πλατφόρμας ZOOM.

Η παρέμβαση “Move To Move Beyond” (MTMB) στην οποία στηρίχθηκε η έρευνα, δημιουργήθηκε από την Gibney. Η Gibney αξιοποιώντας τις δυναμικές της κίνησης και την δημιουργικότητα του χορού, δημιούργησε το MTMB, για να προωθήσει την κοινωνική αλλαγή και την προσωπική μεταμόρφωση. Η Gibney δόμησε την παρέμβαση της, βάσει της θεωρίας του τραύματος της Herman (Özümerzifon και συν., 2022).

Σαράντα πέντε γυναίκες ηλικίας 23 - 48 ετών υποβλήθηκαν σε τυχαία κατανομή είτε σε μια ομάδα παρέμβασης χορού και κίνησης είτε σε μια ομάδα ελέγχου. Η ομάδα παρέμβασης χορού και κίνησης, αποτελούμενη από 25 συμμετέχουσες, συμμετείχε στο

εργαστήριο MTMB. Αντίθετα, η ομάδα ελέγχου, με 20 συμμετέχουσες, λάμβανε την τυπική μορφή φροντίδας του SFF.

Οι συμμετέχουσες πριν την έναρξη της έρευνας συμπλήρωσαν ερωτηματολόγια που αξιολογούσαν τα επίπεδα της μετατραυματικής διαταραχής (PTSD), της ψυχικής και σωματικής τους υγείας ενώ παράλληλα υποβλήθηκαν σε μέτρηση της μεταβλητότητας του καρδιακού ρυθμού.

Οι συμμετέχουσες της ομάδας ελέγχου, μετά την έναρξη της έρευνας, συνέχισαν να λαμβάνουν την τυπική τους φροντίδα μέσω του SFF, που περιελάμβανε συνδυαστικά κοινωνική και νομική στήριξη, οικονομική ενίσχυση και υποστήριξη σε θέματα στέγασης. Επιπλέον, δίνονταν πληροφορίες για θέματα υγείας, όπως συμβουλές για την ατομική φροντίδα και υγιεινή, πληροφορίες για τον περιορισμό της διασποράς των μικροβίων κατά τη διάρκεια του COVID-19 και ενημέρωση για διατροφικά θέματα. Η πληροφόρηση γινόταν ηλεκτρονικά και αποστέλλονταν μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου 2 φορές την εβδομάδα έτσι ώστε να διατηρηθεί η επικοινωνία με τα μέλη και να ενισχυθεί η συμμετοχή τους στην έρευνα. Οι συμμετέχοντες της ομάδας ελέγχου είχαν την επιλογή να συμμετάσχουν και σε ένα προαιρετικό εργαστήριο κίνησης.

Οι συμμετέχοντες της ομάδας παρέμβασης παρακολουθούσαν το εργαστήριο MTMB της Gibney, 2 φορές την εβδομάδα, για 6 εβδομάδες, δηλαδή συνολικά για 12 συνεδρίες, ενώ παράλληλα λάμβαναν και την τυπική τους φροντίδα τους μέσω του SFF. Οι συνεδρίες πραγματοποιούνταν διαδικτυακά μέσω ZOOM. Μετά την ολοκλήρωση κάθε συνεδρίας οι συμμετέχοντες λάμβαναν μέσω ηλεκτρονικού ταχυδρομείου μια “Take Care Card” (Κάρτα Φροντίδας) με απλές ασκήσεις δημιουργικότητας και ενσυνειδητότητας, ώστε να μπορούν να τις εφαρμόζουν και εκτός εργαστηρίου.

Ερωτηματολόγια αξιολόγησης πριν και μετά από κάθε συνεδρία συμπληρώνονταν ηλεκτρονικά. Η Λίστα Posttraumatic Stress Disorder Checklist- (PCL-5) (Özümertzifon και συν., 2022), χρησιμοποιήθηκε για την διερεύνηση συμπτωμάτων PTSD σύμφωνα με τα διαγνωστικά κριτήρια DSM-5, ενώ η Κλίμακα Ψυχολογικής Δυσφορίας, Kessler K-6 (Özümertzifon και συν., 2022), χρησιμοποιήθηκε για την αξιολόγηση των πιθανών ψυχολογικών συμπτωμάτων. Επιπλέον, τα ερωτηματολόγια περιλάμβαναν ερωτήσεις κοινωνικού, δημογραφικού και υγειονομικού χαρακτήρα, προσαρμοσμένες με έγκυρα εργαλεία μέτρησης της συμπεριφοράς και της φυσικής δραστηριότητας.

Σύμφωνα με ποσοτικά αποτελέσματα της έρευνας προέκυψαν συνολικά ενθαρρυντικά αλλά μη οριστικά στοιχεία για τα οφέλη από τα εργαστήρια χορού και κίνησης. Συγκεκριμένα, οι βαθμολογίες του PCL-5 και του Negative Alterations in Cognitions and Mood Associated with the Traumatic Event (Cluster D), έδειξαν μια τάση με σημαντική διαφορά στις αποκρίσεις, μετρίου μεγέθους επίδρασης, υποδεικνύοντας την αποτελεσματικότητα του προγράμματος σε ό,τι αφορά τις “Αρνητικές Γνωστικές και Συναισθηματικές Καταστάσεις” (Negative Cognition and Mood) (Özümertzifon και συν., 2022). Παρόλο που παρατηρήθηκαν βελτιώσεις και σε άλλα συμπτώματα της μετατραυματικής διαταραχής (PTSD) και της ψυχολογικής δυσφορίας, οι αλλαγές αυτές δεν είχαν στατιστική σημαντικότητα.

Ωστόσο τα εργαστήρια είχαν άμεσο θετικό αντίκτυπο στη διάθεση των συμμετεχουσών. Συγκεκριμένα, οι συμμετέχουσες ανέφεραν σταθερά υψηλότερες βαθμολογίες θετικής διάθεσης στο τέλος των συνεδριών σε σύγκριση με την έναρξη τους, υποδεικνύοντας την βελτίωση της συναισθηματικής τους ευημερίας, την οποία και απέδωσαν στα εργαστήρια.

Η ποιοτική ανάλυση αποκάλυψε πολυάριθμα θετικά αποτελέσματα που σχετίζονταν με το πρόγραμμα. Οι συζητήσεις των μελών της ομάδας παρέμβασης έδειξαν ότι οι συμμετέχουσες θεωρούσαν το πρόγραμμα ωφέλιμο και ευχάριστο. Το πρόγραμμα φάνηκε να συνεισφέρει σε 6 βασικούς τομείς: στην ενίσχυση της σύνδεσης με τον εαυτό και το σώμα, στην διευκόλυνση της έκφρασης μέσω της κίνησης, στην προώθηση της σύνδεσης με την κοινότητα, στην ενίσχυση της χαλάρωσης και στην μείωση του στρες, στην πρόκληση θετικών συναισθημάτων και στην μεταφορά των δεξιοτήτων αυτοφροντίδας από τα εργαστήρια στην καθημερινή ζωή.

12.6. Η έρευνα και η παρέμβαση της MacLaren

Στην ποιοτική της έρευνα, η MacLaren (2016) με τίτλο «*Mutuality in Movement: A Relational Approach to Dance/Movement Therapy With Domestic Violence Survivors*», διερεύνησε την αποτελεσματικότητα της χοροθεραπείας σε θύματα ενδοοικογενειακής βίας. Η μεθοδολογία της έρευνας στηρίχθηκε στην θεωρία σχέσεων-κουλτούρας, στην ανάλυση του φαινομένου της ενδοοικογενειακής βίας και στην παρέμβαση μέσω της χοροθεραπείας.

Ειδικά σε ότι αφορά την θεωρία σχέσεων-κουλτούρας, η θεωρία δίνει έμφαση στη δέσμευση του/της θεραπευτή/τριας κατά την θεραπευτική σχέση. Δηλαδή υποστηρίζει ότι η ανάπτυξη του/της θεραπευόμενου/ης εξαρτάται από την προθυμία του/της θεραπευτή/τριας να συνδεθεί με τον/την θεραπευόμενο/η. Οι θεραπευτές/τριες που ακολουθούν το μοντέλο της διαπροσωπικής-πολιτισμικής προσέγγισης, αλληλοεπιδρούν με τους/τις θεραπευόμενους/ες με συναισθηματική διαθεσιμότητα και ισχυρή εμπλοκή στη διαδικασία βίωσης του συναισθήματος και της ίασης.

Το κύριο ερευνητικό ερώτημα που απασχόλησε την μελέτη της MacLaren (2016) ήταν: Πώς βιώνουν τα θύματα ενδοοικογενειακής βίας την σχεσιακή χοροθεραπεία; Η διερεύνηση αυτού του ερωτήματος καθοδηγήθηκε από τα ακόλουθα υπο-ερωτήματα: Πώς βιώνουν τα θύματα την θεραπευτική σχέση που δημιουργείται στην σχεσιακή χοροθεραπεία; Πώς επηρεάζει η σχεσιακή χοροθεραπεία τις αναπαραστάσεις των σχέσεων και την αίσθηση του εαυτού.

Αυτά τα ερευνητικά ερωτήματα διερευνήθηκαν από την ποιοτική μελέτη 3 ενηλίκων θυμάτων που λάμβαναν ατομική βραχυπρόθεσμη θεραπεία σε έναν πλαίσιο παροχής υπηρεσιών ενδοοικογενειακής βίας, μιας πολυπολιτισμικής μητροπολιτικής

πόλης. Το θεραπευτικό μοντέλο που ακολουθούσε το πλαίσιο ήταν βασισμένο στην θεωρία του τραύματος της Herman (MacLaren, 2016).

Οι 3 συμμετέχουσες, ηλικίας 25 - 50 ετών βρισκόταν σε διαφορετική φάση στην θεραπευτική τους πορεία. Οι 2 από αυτές δεν βρίσκονταν πλέον στην κακοποιητική σχέση, αλλά είχαν επαφές με τον δράστη. Η τρίτη συμμετέχουσα κατά τη διάρκεια της έρευνας, βρισκόταν στην φάση του τερματισμού της κακοποιητικής σχέσης.

Η μελέτη της MacLaren αξιοποίησε μεθοδολογικά την ποιοτική μελέτη περίπτωσης, σύμφωνα με την οποία, κατά τον Creswell, (MacLaren, 2016) ο/η ερευνητής/τρια εξερευνά εις βάθος τα δεδομένα και περιγράφει λεπτομερώς την περίπτωση του φαινομένου που εξετάζεται. Η μελέτη αξιοποίησε την εικονογραφική προσέγγιση, η οποία βασιζόμενη στις περιπτώσεις των θεραπευομένων εισήγαγε ένα καινοτόμο πεδίο, την “ενσωμάτωση των θεραπευτικών πλαισίων” (MacLaren, 2016, σ. 38).

Για την συλλογή των δεδομένων χρησιμοποιήθηκαν τα παρακάτω εργαλεία:

- ✓ το ερωτηματολόγιο “Helpful Aspects of Therapy” (HAT), (MacLaren, 2016), που αποτελεί μια αυτοαναφορική μέτρηση συγκεντρώνοντας κυρίως ποιοτικά δεδομένα.
- ✓ τις “ενσώματες αφηγήσεις συνεδριών”, που αποτελούσαν μια μορφή τεκμηριωμένης περίπτωσης συμμετέχοντα-παρατηρητή, όπως περιγράφεται από τον Fogel (MacLaren, 2016, σ. 44).
- ✓ μια ημι-δομημένη, γενική συνέντευξη.

Το ερωτηματολόγιο HAT και η συνέντευξη καταγράφηκαν από τις ίδιες τις συμμετέχουσες, ενώ οι ενσώματες αφηγήσεις συνεδριών καταγράφηκαν από την ερευνήτρια.

Τα δεδομένα συλλέχθηκαν από έναν κύκλο θεραπείας 6 έως 8 συνεδριών. Μετά από κάθε συνεδρία, οι συμμετέχουσες συμπλήρωναν το ερωτηματολόγιο HAT, ενώ η ερευνήτρια κατέγραφε τεκμήρια που έδιναν έμφαση στο σώμα. Μετά την τελευταία συνεδρία πραγματοποιήθηκε μια ημι-δομημένη συνέντευξη με κάθε συμμετέχουσα, για την εξερεύνηση των θεμάτων που αναδύθηκαν από τα δεδομένα.

Τα θεραπευτικά ζητήματα που αναδύθηκαν τόνιζαν τον ρόλο της ενσυναίσθησης και της αυθεντικής σύνδεσης μέσω της κίνησης ως καθοριστικούς παράγοντες για την ανάπτυξη και την διατήρηση της θεραπευτικής σχέσης με τις συμμετέχουσες. Η ανάλυση των θεμάτων πραγματοποιούνταν εντός κάθε περίπτωσης και μεταξύ των περιπτώσεων, ώστε να αναδειχθούν οι λεπτομέρειες της σχέσης, ενώ ταυτόχρονα εστίαζαν στις ομοιότητες της θεραπευτικής εμπειρίας χρησιμοποιώντας την μέθοδο της ποιοτικής ανάλυσης δεδομένων του Forinash, (MacLaren, 2016).

Η μελέτη ανέδειξε τον τρόπο με τον οποίο η χοροθεραπεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε συνδυασμό με την σχεσιακή προσέγγιση στη θεραπεία. Τα αποτελέσματα απέδειξαν ότι, ως στοιχείο σύνδεσης, οι εμπειρίες μέσω κίνησης έπαιξαν σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη των θεραπευτικών σχέσεων. Η αμοιβαιότητα που αποτέλεσε το θεμέλιο για την μελέτη, αναπτύχθηκε μέσω της ενσώματης ενσυναίσθησης βασισμένης στην αμοιβαία επίδραση μεταξύ τους.

Τα αποτελέσματα ανέδειξαν ότι η κίνηση και τα εργαλεία της έρευνας υποστήριζαν την δημιουργία στενών θεραπευτικών σχέσεων με ενσυναίσθηση και αμοιβαιότητα. Αυτές οι θεραπευτικές σχέσεις έγιναν ένας “τόπος” στον οποίο οι

συμμετέχουσες ένιωσαν αποδεκτές, συνδεδεμένες με τον εαυτό τους και ασφαλείς μέσα από αυθεντικές σχέσεις.

Μέσω της κίνησης, παρά την χρόνια σωματική αποσύνδεση κατάφεραν να έρθουν σε επαφή με το σώμα τους. Η κίνηση υπήρξε επανορθωτική εμπειρία για τις συμμετέχουσες παρά τις επαναλαμβανόμενες τραυματικές εμπειρίες που είχαν ζήσει.

Η έρευνα της MacLaren (2016) απέδειξε επίσης, ότι κίνηση ήταν σημαντική στην διαδικασία της θεραπείας των θυμάτων που έχουν βιώσει συστημική καταπίεση, λόγω του ότι επέτρεψε στις συμμετέχουσες να αναγνωρίσουν και να διαχειριστούν τις κοινωνικές πιέσεις που τους είχαν ασκηθεί. Η κίνηση ήταν απελευθερωτική για τις συμμετέχουσες. Τις βοήθησε να βρουν έναν τρόπο να εμβαθύνουν και να επεξεργαστούν τα συστημικά στοιχεία των εμπειριών τους, να αποκτήσουν ισχυρή σύνδεση με το σώμα τους και να ανακτήσουν την αυτονομία τους.

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Συνολικά, η μελέτη που παρουσιάστηκε καταδεικνύει την αποτελεσματικότητα της χοροθεραπείας σε γυναίκες θύματα ενδοοικογενειακής βίας. Συγκεκριμένα, η αποτελεσματικότητα της χοροθεραπείας αποδεικνύεται από την ικανότητα της, να φέρνει στην “επιφάνεια” το τραύμα της κακοποίησης που έχει “αποθηκευτεί” στο σώμα των γυναικών και να επιδρά θετικά στην αυτορρύθμιση τους.

Στις θεραπευτικές συνεδρίες της χοροθεραπείας, η κίνηση και ο χορός λειτουργούν ως μέσο έκφρασης συναισθημάτων και ανάδειξης τραυματικών εμπειριών. Αυτή η συμμετοχή του χορού και της κίνησης στην θεραπεία αποτελεί κάτι παραπάνω από μια απλή ανάκληση γεγονότων. Ενδυναμώνει και ενεργοποιεί τις γυναίκες. Συχνά γυναίκες που έχουν υποστεί ενδοοικογενειακή βία αντιμετωπίζουν με φόβο τις σχέσεις τους και τους άλλους. Ωστόσο, η συμβολική και η δημιουργική κίνηση, τις βοηθά να ανακτήσουν την αυτοπεποίθηση και την αυτονομία τους και να χτίσουν μια νέα εικόνα για τον εαυτό τους.

Η θεραπευτική διαδικασία μέσω της χοροθεραπείας προσφέρει στην γυναίκα έναν τρόπο να συνδεθεί με το σώμα της και να αγαπήσει τον εαυτό της. Η ενσώματη εμπειρία και η δημιουργική κίνηση προσφέρουν έναν ασφαλές και αποτελεσματικό “δρόμο” προς την θεραπεία.

Στα πλαίσια μιας ολοκληρωμένης φροντίδας για τις γυναίκες που έχουν υποστεί ενδοοικογενειακή βία, οι παρεμβάσεις μέσω του χορού και της κίνησης είναι απαραίτητο να έχουν ενεργό ρόλο. Αξιοποιώντας την δυναμική του χορού και της κίνησης προσφέρεται μια ξεχωριστή “οδός” προς την συναισθηματική και την ψυχική υγεία των γυναικών αυτών. Η θεμελιακή αρχή της χοροθεραπείας για την σύνδεση σώματος και νου, επιτρέπει την κατανόηση της περίπλοκης αλληλεπίδρασης μεταξύ

των σωματικών κινήσεων και των ψυχικών καταστάσεων. Η μεταμορφωτική δύναμη της κίνησης και του χορού, υπερβαίνει τον ρόλο ενός απλού θεραπευτικού εργαλείου, μετατρέποντάς την χοροθεραπεία σε μια διαδικασία ολιστικής προσέγγισης.

Ολοκληρωμένες παρεμβάσεις, όπως τα εργαστήρια χορού και κίνησης, φάνηκε ότι έχουν θετική επίδραση στο δυσφορικό συναίσθημα των γυναικών, αναδεικνύοντας την υπόσχεση της χοροθεραπείας για ανακούφιση από τις επώδυνες εμπειρίες της βίας. Επομένως χοροθεραπεία, μπορεί να προάγει την συναισθηματική, γνωστική, σωματική και κοινωνική υγεία στο θεραπευτικό πλαίσιο. Αυτή η πολυδιάστατη προσέγγιση συνάδει με την διασύνδεση σώματος και νου, προσφέροντας μια ολοκληρωμένη θεραπευτική μεθοδολογία.

Συμπερασματικά, ο κλάδος της χοροθεραπείας με την μεθοδολογία και την εργαλειοθήκη του, μπορεί να συμβάλει στην εφαρμογή μη λεκτικών παρεμβάσεων για τις γυναίκες που έχουν υπάρξει θύματα ενδοοικογενειακής βίας. Τέτοιες παρεμβάσεις σε περιπτώσεις γυναικών θυμάτων μπορούν όχι μόνο να αποτρέψουν σοβαρά περιστατικά βίας αλλά και να εμποδίσουν την μετάδοση της βίας σε επόμενες γενιές.

BIBΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

- Adams, A. (2011). Measuring the Effects of Domestic Violence on Women's Financial Well-Being. *University of Wisconsin*. Ανακτήθηκε 03/05/2024, από:
<https://minds.wisconsin.edu/bitstream/handle/1793/90734/adams2011.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ainsworth, M. (1969). Object relations, dependency and attachment: A theoretical review of the infant – mother relationship. Ανακτήθηκε 17/09/2024, από:
http://www.psychology.sunysb.edu/attachment/online/attach_depend.pdf
- American Dance Association (n.d.). *What is dance/movement therapy?* Ανακτήθηκε 23/10/2024, από:
<https://adta.memberclicks.net/what-is-dancemovement-therapy>
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relations*. Ανακτήθηκε 28/10/2024, από:
https://drrebeccajorgensen.com/libr/Journal_of_Social_and_Personal_Relationships-1990-Bartholomew-147-781.pdf
- Bassuk, E., Dawson, R., & Huntington, N. (2005). Intimate partner violence in extremely poor woman: Longitudinal patterns and risk markers. *Journal of Family Violence* (21).
- Bennett, L., Goodman, L., & Dutton, A. (2007). Risk assessment and intimate partner violence. *Violence Against Women*, 13(8).

Berrol, C. (1992). The Neurophysiologic Basis of the Mind-Body Connection in Dance/Movement therapy. *American Journal of Dance Therapy*, Vol. 14, No. 1.

Briggs, C. (2018). An emerging trend in domestic violence: Technology-facilitated abuse. *Australian Journal of Child and Family Health Nursing*, 15(1), 2.
Ανακτήθηκε 27/01/2025, από:

<https://search.informit.org/doi/10.3316/informit.021135494223385>

Brownmiller, S. (1975). *Against Our Will: Men, Women and Rape*. New York: Penguin Books.

Bohan, J. (2002). Sex differences and/in the shelf: Classic themes, feministic variations, postmodern challenges. *Psychology of Women Quarterly*, Vol 26, 74-88.
Ανακτήθηκε 14/09/2024, από:

<https://doi.org/10.1111/1471-6402.00045>

Bowlby, J. (1988). *A Secure Base*. London and New York: Routledge.

Campbell, J., & Soeken, K. (1999). Forced sex and intimate partner violence: Effects on women's risk and women's health. *Violence Against Women* 5. 1017–1035.

Council of Europe (2011). *Council of Europe convention on preventing and combating violence against woman and domestic violence: Explanatory report*. Council of Europe Publishing.

Devereaux, C. (2008). Untying the Knots: Dance/Movement Therapy with a Family Exposed to Domestic Violence. *Am J Dance Ther*, Vol 30, 58–70

DOI 10.1007/s10465-008-9055-x

Διακήρυξη του Πεκίνου και Σχέδιο Δράσης (Beijing Declaration and Platform for Action) (1995). Ανακτήθηκε 09/08/2024, από:

<https://nomothesia.0012.syzefxis.gov.gr/index.php/diethnes-dikaio/585-diakiryksi-tou-pekinou-kai-sxedio-drasis-beijing-declaration-and-platform-for-action-pekino-4-15-septemvri-1995.html>

Dobash, R., & Dobash, R. (2015). *When Men Murder Women*. New York: Oxford University Press.

Duluth Model, (n.d.). Domestic Abuse Intervention Programs. *Home of the Duluth Model*. Ανακτήθηκε 11/09/2024, από:

<https://www.theduluthmodel.org/what-is-the-duluth-model/>

Dutton, D. (1992). *The Domestic Assault of Women: Psychological and Criminal Justice Perspectives*. Canada: UBC Press.

Dutton, D., & Golland, S. (1995). *The Batterer*. New York: Basic Books.

Dutton, M.-A. (1993) Understanding Women's Responses to Domestic Violence: A Redefinition of Battered Woman Syndrome. *Hofstra Law Review*, Vol 21, Ανακτήθηκε 02/10/2024, από:

https://www.hofstralawreview.org/wp-content/uploads/2014/05/31_21HofstraLRev11911992-1993.pdf

Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών (2023). *Έμφυλη βία κατά των γυναικών και άλλες μορφές διαπροσωπικής βίας στην Ελλάδα (2020-2023)*. Αθήνα: ΕΚΚΕ

5^η Ετήσια Έκθεση για την Βία κατά των Γυναικών (2024). *Γενική Γραμματεία Δημογραφικής και Οικογενειακής Πολιτικής και Ισότητας των Φύλων*. Ανακτήθηκε 17/04/2025, από:

<https://isotita.gr/wp-content/uploads/2024/11/5%CE%B7-etisia-ekthesi-gia-ti-via-kata-twn-gynaikwn.pdf>

4^η Ετήσια Έκθεση για την Βία κατά των Γυναικών (2023). *Γενική Γραμματεία Δημογραφικής και Οικογενειακής Πολιτικής και Ισότητας των Φύλων*. Ανακτήθηκε 19/03/2025, από:

<https://isotita.gr/wp-content/uploads/2023/11/4h-ethsia-ekthesi-gia-ti-Via-kata-twn-gynaikwn.pdf>

2^η Ετήσια Έκθεση για την Βία κατά των Γυναικών (2021). *Γενική Γραμματεία Δημογραφικής και Οικογενειακής Πολιτικής και Ισότητας των Φύλων*. Ανακτήθηκε 16/11/2024, από:

<https://isotita.gr/wp-content/uploads/2021/11/2h-ethsia-ekthesi.pdf>

European Union Agency for Fundamental Rights (2014). *Violence against women – An EU-wide survey*. Publications Office of the European Union. Ανακτήθηκε 20/03/2025, από:

<https://fra.europa.eu/en/publication/2014/violence-against-women-eu-wide-survey-main-results-report>

Follingstad, D. (2007). Rethinking Current Approaches to Psychological Abuse: Conceptual and Methodological Issues. *Aggression and Violent Behavior* 12, 439-458. Ανακτήθηκε 06/04/2025, από:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1359178907000031?via%3Dihub>

Follingstad, D., & DeHart, D. (2000). Defining psychological abuse of husbands toward wives: Contexts, behaviors and typologies. *Journal of Interpersonal Violence*, 15(9), 891–920. Ανακτήθηκε 10/02/2025, από:

<https://doi.org/10.1177/088626000015009001>

Forde C. & Duvvury, N. (2020) Survivor-led relational psychotherapy and embodied trauma: A qualitative inquiry. *Counselling and Psychotherapy Research*. Ανακτήθηκε 23/02/2025, από:

<https://doi.org/10.1002/capr.12355>

Fuller, G. (2019) The Use of Dance/Movement Therapy to Improve Stabilization of Trauma Responses in Survivors of Intimate Partner Violence: A Literature Review. *Expressive Therapies Capstone Theses*. Lesley University.

Hanna, J.-L. (2012) Dancing: A Nonverbal Language for Imagining and Learning. *Encyclopedia of the Sciences of Learning*.

DOI 10.1007/978-1-4419-1428-6

Harlow, H. (1958). The nature of love. *The American Psychologist*. Ανακτήθηκε 05/10/2024, από:

<https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2015/02/Harlow-1958.pdf>

Harris, B. (2018). Spacelessness, spatiality and intimate partner violence: Technology-facilitated abuse, stalking and justice. Στο J. Maher, S. Walklate, J. McCulloch, & K. Fitz-Gibbon (Επιμ.), *Intimate partner violence, risk and security: Securing women's lives in a global world* (1st ed., pp. 52-70). Routledge Studies in Crime, Security and Justice. Ανακτήθηκε 28/01/2025, από:

<https://doi.org/10.4324/9781315204765-4>

Hart, B. (2015). Rule Making and Enforcement/Rule Compliance and Resistance. Ανακτήθηκε 18/04/2025, από:

<https://wscadv.org/wpcontent/uploads/2015/06/RuleMakingEnforcementViolenceControlling.pdf>

Henderson, A., Bartholomew, K., Trinke, S., & Kwong, M. (2005). When loving means hurting: An exploration of attachment and intimate abuse in a community sample. *Journal of Family Violence*. Ανακτήθηκε 25/3/2025, από:

<https://doi.org/10.1007/s10896-005-5985-y>

Herman, J. (1992). Trauma and Recovery. *Basic Books*. Ανακτήθηκε 21/09/2024, από:

https://beyondthetemple.com/wp-content/uploads/2018/04/herman_trauma-and-recovery-1.pdf

Hirigoyen, M.- F. (2005). *Η κακοποιημένη γυναίκα. Η βία μέσα στο ζευγάρι*. Αθήνα: Πατάκης.

Holderread-Heggen, C. (1993). *Sexual Abuse in Cristian Homes and Churches*. Pennsylvania: Herald Press.

Johnson, M. (1995). Patriarchal terrorism and common couple violence: Two forms of violence against woman. *Journal of Marriage and the family*, Vol 57, 283-293.

Johnson, N., & Johnson, D. (2017). An Empirical Exploration into the Measurement of Rape Culture. *Journal of Interpersonal Violence*, Vol 36.

Joksimovic, N., Vellieres, F., & Hyland, P. (2025) Examining the role of social contact and loneliness in linking intimate partner violence and internalizing distress. *Journal of Affective Disorders Reports* (20). Ανακτήθηκε 22/05/2025, από:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2666915325000459?via%3Dihub>

Karakurt, G., & Silver, K. (2013). Emotional abuse in intimate relationships: the role of gender and age. *Violence and victims*, 28(5) 804–821. Ανακτήθηκε 22/02/2025, από:

<https://doi.org/10.1891/0886-6708.vv-d-12-00041>

Kernberg, O. (2004). Love Relations of the Heterosexual Couple. Ανακτήθηκε 23/05/2025, από:

file:///C:/Users/user/Downloads/Love_Kernberg-2.pdf

Kirkwood, C. (1993). *Leaving Abuse Partners: From the Scars of Survival to the Wisdom for Change*. London: Sage Publications.

Koch, C., Sobanski, E., Sieber, M., & Fuchs, T. (2014). Fixing the mirrors: A feasibility study of the effects of dance movement therapy on young adults with autism spectrum disorder. *Autism 1–13*.

DOI: 10.1177/1362361314522353

Kotikalapudi, B. & Daka, J. (2025). Hana Case – The Impact of Emotional Neglect in Marriages on Self Esteem. A Case Study Report. *International Journal of Innovations in Science Engineering and Management*. Ανακτήθηκε 10/06/2025, από:

<file:///C:/Users/user/Downloads/HannaCaseTheImpactofEmotionalNeglectinMarriagesonSelfEsteemAcaseStudyReport.pdf>

Kubany, E. & Ralston, T. (2008). *Treating PTSD in Battered Women: A Step-by-Step Manual for Therapists and Counselors*. Canada: New Harbinger Publications.

Leech, K. (2024). *The felt sense of the body: an empirical evaluation of a mindful-interoceptive approach to post-traumatic stress disorder*. (Διδακτορική Διατριβή). Bond University.

Leventhal, F. & Chang, M. (1991). Dance/Movement Therapy with Battered Woman: A Paradigm of Action. *American Journal of Dance Therapy*, Vol 13, No 2. Ανακτήθηκε 11/12/2024, από:

<https://doi.org/10.1007/BF00844142>

Leseho, J., & Maxwell, L.- R., (2010). Coming alive: Creative movement as a personal coping strategy on the path to healing and growth. *British Journal of Guidance & Counselling* 38(1), 17-30. Ανακτήθηκε 21/12/2024, από:

<https://doi.org/10.1080/03069880903411301>

Loring, M. (1994). *Emotional Abuse*. New York: Lexington.

McGarry, L. & Russo, F. (2011). Mirroring in Dance/Movement Therapy: Potential mechanisms behind empathy enhancement. *The Arts In Psychotherapy*, 38(3), 178-184.

MacLaren, H. (2016). Mutuality in Movement: A Relational Approach to Dance/Movement Therapy With Domestic Violence Survivors. *Creative Arts Therapies Theses*. Columbia College Chicago.

Maier, S., & Seligman, M. (1976). Learned Helplessness: Theory and Evidence. *Journal of Experimental Psychology*. Vol. 105, No. 1, 3-4. Ανακτήθηκε 10/11/2024, από:

<https://ppc.sas.upenn.edu/sites/default/files/lhttheoryevidence.pdf>

March, E., Kay, C., Dinic, B., Wagstaff, D., Grabovac, B. & Jonason, P. (2023). “It’s All in Your Head”: Personality Traits and Gaslighting Tactics in Intimate Relationships. *Journal of Family Violence*. Ανακτήθηκε 13/12/2024, από:

<https://doi.org/10.1007/s10896-023-00582-y>

Margolin, I. (2019) Breaking Free: One Adolescent Woman’s Recover from Dating Violence Through Creative Dance. *American Journal of Dance Therapy*.

Mayo Clinic (n.d.). *Depression (major depressive disorder)*. Ανακτήθηκε 19/12/2024, από:

<https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/depression/symptoms-causes/syc-20356007>

Mellar, B., Fanslow, J.- L., Gulliver, P., & McIntosh T. (2024). Economical Abuse by An Intimate Partner and Its Associations with Women’s Socioeconomic Status and Mental Health. *Journal of Interpersonal Violence*. Vol 39 (20-21). Ανακτήθηκε 11/2/2025, από:

https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11465629/pdf/10.1177_08862605241235140.pdf

Mills, L. (1999). Killing Her Softly: Intimate abuse and the Violence of State Intervention. *Harvard Educational Review*, Vol 113.

Mohanty, A., Pradhan, R.-K., & Jena K.-L. (2015). Learned Helplessness and Socialization: A Reflective Analysis. *Psychology*, (6) 885-895. Ανακτήθηκε 07/09/2024, από:

<file:///C:/Users/user/Downloads/PsychologyPublicationJune2015.pdf>

Nikol, L. (2024). *A new pathway to healing for women survivors of intimate partner violence*. Bailalobas – Wild Daughters.

Okum, L. (1986). *Woman Abuse. Facts replacing myths*. New York: State University of New York Press.

Ogden, P. (2010). Modulation, Mindfulness, and Movement in the Treatment of Trauma-Related Depression. Στο M., Kerman, (Επιμ): *Clinical Pearls of Wisdom: 21 Leading Therapists Offer Their Key Insights*. London & New York: W.W. Norton & Company.

Özümerzifon, Y., Ross, A., Brinza, T., Gibney, G., & Garber, C.-E. (2022). Exploring a Dance/Movement Program on Mental Health and Well-Being in Survivors of Intimate Partner Violence During a Pandemic. *Frontiers in Psychiatry*.

Παπαμιχαήλ, Σ. (2004). Η γυναίκα ως θύμα ενδοοικογενειακής βίας: Τα χαρακτηριστικά δράστη και θύματος και η μεταξύ τους σχέση. (Διδακτορική Διατριβή). *Εθνικό Αρχείο Διδακτορικών Διατριβών*. Πάντειο Πανεπιστήμιο.

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

Pierce, L. (2014). The integrative power of dance/movement therapy: Implications for the treatment of dissociation and developmental trauma. *The Arts in Psychotherapy*, Vol 41, 7–15.

Pitman, T. (2016) Living with Coercive Control: Trapped within a Complex Web of Double Standards, Double Binds and Boundary Violations. *British Journal of Social Work*, Vol 47. Ανακτήθηκε 07/01/2025, από:

<https://doi.org/10.1093/bjsw/bcw002>

Shaver, P., & Hazen, C. (1988). A Biased Overview of the Study of Love. *Journal of Social and Personal Relationships*. Ανακτήθηκε 11/11/2024, από:

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0265407588054005>

Σακελλαρίδη, Β. (2022). Κατοπτρικοί νευρώνες, το αίνιγμα των τελευταίων τριών δεκαετιών. *Εγκέφαλος* 59, 11-16. Ανακτήθηκε 03/12/2024, από:

<https://www.encephalos.gr/pdf/59-1-02g.pdf>

Sbiglio, M.- G. (2006). Dance/movement therapy and non-verbal assessment of family violence: A pilot comparative study. In S. C. Koch & I. Brauningner (Eds.), *Advances in dance/movement therapy: Theoretical perspectives and empirical findings* (pp. 142–153). Berlin: Logos Verlag.

Schmais, C. (1985). Healing Processes in Group Dance Therapy. *American Journal of Dance Therapy*, Vol. 8, 17-36.

Schwartz, A. (2016). *Movement: How the Brain Communicates with the World*. University of Pittsburgh. Ανακτήθηκε 10/10/2024, από:

https://www.researchgate.net/publication/297747280_Movement_How_the_Brain_Communicates_with_the_World

Schott-Billmann, F. (2015). *Primitive Expression and Dance Therapy. When dancing heals*. London & New York: Routledge.

Schott-Billmann, F. (1998). *Όταν ο χορός θεραπεύει*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Siegel, D. (2012). *Pocket Guide to Interpersonal Neurobiology. An Integrative Handbook of the Mind*. (379-380). Ανακτήθηκε 15/12/2024, από:

<https://cdn.bookee.app/files/pdf/book/en/pocket-guide-to-interpersonal-neurobiology.pdf>

Siegel, J. (2013). Breaking the Links in Intergenerational Violence: An Emotional Regulation Perspective. *Family Process*, 52(2):163-78. Ανακτήθηκε 29/10/2024, από:

https://www.researchgate.net/publication/237843744_Breaking_the_Links_in_Intergenerational_Violence_An_Emotional_Regulation_Perspective

Stark, E. (2007). *Coercive Control: How men entrap women in personal life*. New York: Oxford University Press.

Straus, M. (1979). Measuring intrafamily conflict and violence: The Conflict Tactics (CT) scales. *Journal of Marriage & the Family*, 41(1), 75-88.

Σύμβαση για την Εξάλειψη όλων των Μορφών Διακρίσεων Κατά των Γυναικών (1979). (Convention on the Elimination of All Forms of Discrimination against Women) [C.E.D.A.W.] Ανακτήθηκε 22/09/2024, από:

<https://www.ohchr.org/sites/default/files/Documents/ProfessionalInterest/cedaw.pdf>

Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης (2011). *Σύμβαση του Συμβουλίου της Ευρώπης για την πρόληψη και την καταπολέμηση της βίας κατά των γυναικών και της ενδοοικογενειακής βίας*. Ανακτήθηκε 02/04/2025, από:

<https://rm.coe.int/1680462536>

Sweet, P. (2019). The Sociology of Gaslighting. *American Sociological Review*, Vol. 84(5) 851–875. Ανακτήθηκε 02/12/2024, από:

<https://www.asanet.org/wpcontent/uploads/attach/journals/oct19asrfeature.pdf>

Taylor, B. (2017). Group Dance/Movement Therapy and Attachment Theory with Female Survivors of Domestic Violence. *Dance/Movement Therapy Theses*. Sarah Lawrence College.

Walker, L. (2012). Battered Women Syndrome and Self-Defense. *Notre Dame Journal of Law, Ethics & Public Policy*, Vol. 6. Ανακτήθηκε 20/09/2024, από:

<https://scholarship.law.nd.edu/cgi/viewcontent.cgi?referer=&httpsredir=1&article=1476&context=ndjlepp>

Walker, L. (1989). *Η Κακοποιημένη Γυναίκα*. Αθήνα: Ελληνικά Γράμματα.

Waller, S., & Forinder, U. (2025). Speaking Through Silence: The Lonelification at the Core of Domestic Abuse. *Violence Against Women* (1–24). Ανακτήθηκε 21/05/2025, από:

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/10778012251323268>

Webb, J. (2022) 10 Red Flags of Emotional Neglect in a Relationship. *Psychology Today*. Ανακτήθηκε 25/11/2024, από:

<https://www.psychologytoday.com/us/blog/childhood-emotional-neglect/202201/10-red-flags-of-emotional-neglect-in-a-relationship>

White, G. (1981). A model of romantic jealousy. *Motivation and Emotion*, 5(4), 295–310. Ανακτήθηκε 22/11/2024, από:

<https://doi.org/10.1007/BF00992549>

White, G., & Mullen, P. (1989). *Jealousy: Theory, research, and clinical strategies*. New York: Guilford.

Wiehe, V. (1998). *Understanding Family Violence: Treating and Preventing Partner, Child, Sibling and Elder Abuse*. Thousand Oaks London New Delhi: Sage Publication.

World Health Organization – [W.H.O.], (n.d.). Violence Against woman. Ανακτήθηκε 27/05/2025, από:

https://www.who.int/health-topics/violence-against-women#tab=tab_1

Yllo, K., & Straus, M. (1990). Patriarchy and violence against wives: The impact of structural and normative factors. Στο: M. Straus & R. Gelles (Επιμ.), *Physical violence in American families: Risk factors and adaptations to violence in 8,145 families*. London & New York: Routledge.

Vander Elst, O., Foster, N., Vuust, P., Keller, P., Kringelbach, M. (2023). The Neuroscience of Dance: A Conceptual Framework and Systematic Review. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, Vol 150. Ανακτήθηκε 12/02/2025, από:

<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2023.105197>

Van der Kolk, B. (2022). *Το Σώμα Δεν Ξεχνά*. Αθήνα: Κλειδάριθμος.

Zepinic, V. (2021). Battered Woman Syndrome: A Headache for Medicine and Law. *Psychology*, 12, 843-871. Ανακτήθηκε 05/11/2024, από:

<https://doi.org/10.4236/psych.2021.126052>

Zimbardo, P. (1969). The human choice: Individuation, reason and order versus deindividuation, impulse, and chaos. *Stanford University*. Ανακτήθηκε 29/11/2024, από:

<https://stacks.stanford.edu/file/gk002bt7757/gk002bt7757.pdf>

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

Σχήμα 1: Ο τροχός εξουσίας και ελέγχου. *Jenesse Center Ink*. Ανακτήθηκε 30/03/2025, από:

<https://jenesse.org/domestic-violence/dynamics-of-power-and-control/the-power-control-wheel/>

Σχήμα 2: Ο φαύλος κύκλος της βίας. *Της γράφουσας*.

Γράφημα 1: Ποσοστό γυναικών που έχουν υποστεί ψυχολογική βία από στενό/η σύντροφο. Στο Έμφυλη βία κατά των γυναικών και άλλες μορφές διαπροσωπικής βίας στην Ελλάδα (2020-2023). *Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών (ΕΚΚΕ)*.

Γράφημα 2: Ποσοστό γυναικών που έχουν υποστεί βία από στενό/ή σύντροφο ανά μορφή βίας. Στο Έμφυλη βία κατά των γυναικών και άλλες μορφές διαπροσωπικής βίας στην Ελλάδα (2020-2023). *Εθνικό Κέντρο Κοινωνικών Ερευνών (ΕΚΚΕ)*.

Γράφημα 3: Αναφερόμενο είδος βίας από γυναίκες εξυπηρετούμενες των ΣΚ του Δικτύου Δομών της ΓΓΙΑΔ. Στο 5η Ετήσια Έκθεση για την Βία κατά των Γυναικών, (2024). *Γενική Γραμματεία Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων (ΓΓΙΑΔ)*.

Γράφημα 4: Σχέση των δραστών με τις εξυπηρετούμενες γυναίκες των ΣΚ του Δικτύου Δομών της ΓΓΙΑΔ. Στο 5η Ετήσια Έκθεση για την Βία κατά των Γυναικών, (2024). *Γενική Γραμματεία Ισότητας και Ανθρωπίνων Δικαιωμάτων (ΓΓΙΑΔ)*.

