வன்முறை (Violence)

Ms. J. Rathipriya (Psychiatric Counselor)

Tamil Psychiatry Journal, Vol. I, Issue - 2, July - September 2025, Page 18 - 21

சிறு குழந்தைகள் முதல் இளைஞர்கள் வரை வன்முறையை கொண்டாட்டமான மனநிலைக்கு கொண்டு செல்லும் சமூகமாக சிலக் காட்சி ஊடகங்கள் இருக்கின்றன. இதில் நாம் வசிக்கும் வீட்டிலோ அல்லது தெருவிலோ யார் வன்முறையாளர், யார் எந்த வகையான வன்முறையை கையில் எடுப்பார்கள் என்று கணிக்க இயலாத நிலை பெருகி வருகிறது. அந்த அளவிற்கு போதைப் பொருளின் தாக்கமும். டிஜிட்டல் யுகமும் நாளுக்கு நாள் மனிதர்களை ஜோம்பியாக அதிகரிக்கும் சூழலை உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கிறது.

WRVH (World Report on Violence and Health) -ல் உள்ள உலக சுகாதார அமைப்பால் வன்முறை என்பது, ‘‘உடல் வலிமை அல்லது சக்தியை மற்றவர்களை அச்சுறுத்தும் வகையிலோ, தாக்கும் அல்லது துன்புறுத்தும் வகையிலோ பயன்படுத்துதல்’’ என்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. தொழில்நுட்ப உலகில் நிலவி வரும் இன்றைய சமூகச் சூழலில் மனிதர்களிடையே வன்முறை எண்ணங்கள் மற்றும் செயல்கள் மேலோங்கி வருகிறது. மனிதர்களின் பல்வேறு குணாம்சங்களில் கோபமும் ஒன்றாகக் கருதப்படுகிறது. இத்தகைய கோபத்தை ஆரம்பத்திலேயே கண்டறிந்து களையாவிடில் அதுவே வன்முறையாக உருமாறுகிறது. இது போன்ற வன்முறை செயல்கள் மனிதர்களது பருவ வயதில் ஏற்ப மாறுபடலாம். அதே போன்று நரி போல் பதுங்கிப்பாய வேண்டும் என்பதும் கூட மனிதர்களின் ஒரு வகையான சாமர்த்தியமான வன்முறை செயலேயாகும். ஆனால் சில சமயங்களில் அளவுக்கு அதிகமான உணர்வுகளின் எழுச்சியால் வன்முறையின் தாக்கமானது அந்நேரத்தில் நமது பகுத்தறியும் ஆற்றலைக் குறைத்து, மிருகத்தனத்தை பிரதிபலிக்கச் செய்கிறது. மேலும், இது போன்ற வன்முறையை மனிதர்கள், பொருட்கள், விலங்குகள் போன்ற அனைத்திடமும் வெளிப்படுத்திட முடியும். இத்தகு வன்முறைகள் ஏற்படுவதற்கான காரணங்கள் குறித்தும், வன்முறையின் வகைகள் மற்றும் விளைவுகள் குறித்தும் இந்தக் கட்டுரையில் காண்போம்.

வன்முறை ஏற்படுவதற்கான காரணங்கள்:

ஒரு நபர் வளரும்பொழுது அந்தநபருக்குத் தேவையான அடிப்படையான விஷயங்கள் கிடைக்கப் பெறாமல் போகும்பொழுதோ, தவிர்க்கப்பட வேண்டிய நிகழ்வுகள் கட்டாயத்தின் பேரில் நடைபெறும்பொழுதோ, அடக்கி ஆளப்படும் வளர்க்கப்பட்டிருந்தாலோ, மனஉணர்வுகளுக்கு மதிப்பளிக்கத் தவறியிருந்தாலோ, அந்நபரின் குணங்கள் இயல்பாக வன்முறையை ஒத்து இருப்பதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம் இருக்கிறது. மேலும் மிகக்குறைந்த சமூகப்பொருளாதார வகுப்பில் உள்ளவர்கள், உயர்ந்த சமூகப்பொருளாதார வகுப்பினரை விட 3 மடங்கு அதிகமாக வன்முறையில் ஈடுபடுகின்றனர் என்பது ஆய்வில் கண்டறியப்பட்டுள்ளது. மேலும் குறைந்த கல்வி நிலை, குறைந்த சமூக ஸ்திரத்தன்மை மற்றும் அதிக வேலை வாய்ப்பின்மை உள்ள பகுதிகளில் வன்முறை விகிதங்கள் அதிகரித்து காணப்பட்டு வருகிறது. இது போன்ற வன்முறை செயல்கள் அவரவருக்கு ஏற்படும் சூழ்நிலைகளை பொறுத்து மாறுபடலாம். உதாரணமாக உபயோகப்படுத்தும் ஆயுதங்கள், வன்முறை செயல்களில் ஈடுபடுவதற்கு முன்னர் ஏற்படுத்திக் கொள்ளும் சூழ்நிலை சந்தர்ப்பங்கள் போன்றவை இதில் அடங்கும்.

வன்முறையை கீழ்க்கண்ட 4 வகைகளாகப் பிரிக்கலாம், அதாவது

1. உடல் வன்முறை.
2. பாலியல் வன்முறை.
3. உளவியல் வன்முறை.
4. குடும்ப வன்முறை

உடல் வன்முறை :

ஒரு நபர் தனது முழுப்பலத்தைக் கொண்டு மற்ற நபரை உடல் ரீதியாக காயம் அல்லது சேதம் ஏற்படுத்தும் வகையில் தாக்குவதுதான் உடல் ரீதியான வன்முறையாகும். இதில் அடித்தல், உதைத்தல், குத்துதல், கடித்தல், கீழே தள்ளிவிடுதல், கொலை செய்தல், பொருட்களைக் கொண்டு

கடத்துதல், சேதப்படுத்துதல் போன்ற அனைத்தும் அடங்கும். இது போன்ற வன்முறை ஆரம்பத்தில் வாய்ப் பேச்சு மூலமாகவும், அடக்குதல் மற்றும் கட்டுப்படுத்துதல் மூலமாகவும் ஆரம்பமாகிறது. பின்னர், படிப்படியாக உடல் ரீதியான வன்முறையாக மாறுகிறது. உடல் ரீதியான வன்முறை செயலை வெளிப்படுத்தும் நபர் பெரும்பாலும் அவரது நெருங்கிய உறவுகளிடமும், குடும்பத்தினரிடமும் வெளிப்படுத்துகிறார் என்று குறிப்பிடப்படுகிறது. இது ஒவ்வொரு நாட்டிலும் ஒரு பரவலான நிகழ்வாகத் தொடர்கிறது. இது போன்ற உடல் ரீதியான வன்முறை போதைப் பழக்கத்தின் காரணமாகவும் நிகழ்கிறது.

பாலியல் வன்முறை:

பாலியல் வன்முறை என்பது ஒரு பரவலான நிகழ்வாகும். ஏனெனில் 35.6% பெண்கள் சில வகையான பாலியல் துஷ்பிரயோகங்களை அனுபவிப்பதாக மதிப்பிடப்பட்டுள்ளது. பெரும்பாலும், பாலியல் வன்முறையில் பெண்களும், குழந்தைகளும் அதிகமான விளைவுகளை சந்திக்கின்றனர். சமீப காலமாக, பெண்களுக்கு எதிரான குற்றங்களின் எண்ணிக்கை தொடர்ச்சியாக அதிகரிக்கும் தன்மை காணப்படுகிறது. குறிப்பாக கூட்டு பலாத்காரம் போன்றவை மிகத்தீவிரமாக உள்ளது. PDWVA குடும்ப வன்முறையிலிருந்து பாதுகாக்கும் சட்டம் 2005, இதிலுள்ளபடி, குடும்ப உறவுகளில் நான்கு வகையான வன்முறை சமூகத்தில் இருக்கிறது. அவைகளில் உடல், பாலியல் துஷ்பிரயோகம், உணர்ச்சி அல்லது வாய்மொழி துஷ்பிரயோகம் மற்றும் பொருளாதார வன்முறை போன்றவை அடங்கும், உலகளவில் 3–ல் ஒரு பெண் நெருங்கிய துணையால் உடல் மற்றும் பாலியல் வன்முறையை அனுபவிக்கின்றனர். தாமஸ்ராய்டர்ஸ் அறக் கட்டளை நிபுணர்களின் கருத்துக்கணிப்பின்படி, பாலியல் வன்முறையில் ஆப்கானிஸ்தான், காங்கோ மற்றும் பாகிஸ்தானுக்கு அடுத்தபடியாக உலகில் இந்தியா நான்காவது மிகவும் ஆபத்தான நாடாக இருப்பது தெரிவித்துள்ளது. பொதுவில், பாலின அடிப்படையிலான வன்முறை பெரும்பாலும் பாலின பாத்திரங்கள் தொடர்பான அனுமானங்கள் மற்றும் எதிர்பார்ப்புகளுடன் தொடர்புடையது. இதில் வாய்மொழி துஷ்பிரயோகம், பெயரைப் பழிப்பது, அச்சுறுத்தல்கள் மற்றும் தாக்குதல்கள் நடைபெறலாம். மேலும் LGBT+ நபர்கள் அல்லது ஓரினச் சேர்க்கையாளர்கள், லெஸ்பியன்கள் அல்லது வேறுபட்டவர்கள் எனக் கருதப்படுபவர்கள் பாலியல் வன்முறைக்கு ஆளாகலாம் என்பது பொதுவானது. LGBT –நபர்களுக்கு எதிரான குழுக்கள் அவர்களை அடித்துத் துன்புறுத்தலாம். உதாரணமாக, ஒரு லெஸ்பியன் பெண் தன் துணையுடன் கைகளைப் பிடித்துக்கொண்டு, தெருவில் நடக்கும் போது தாக்கப்படுவர். இதனால் LGBTQ மக்களின் இயல்பான பாசமென்பது ஒரு பாதுகாப்பு பிரச்சனையாக மாறுகிறது.

உளவியல் வன்முறை :

வன்முறை என்பது கூட்டாண்மைகளில் மட்டுமல்ல பெற்றோருக்கும் குழந்தைகளுக்கும் இடையிலும் நிகழலாம். மேலதிகாரிகளுக்கும், ஊழியர்களுக்கும் இடையில், ஆணுக்கும் பெண்ணுக்கும் இடையில், மரபணு ரீதியாகவோ, அல்லது பரிமா வளர்ச்சியின் மாற்றத்தினால் கூட நிகழலாம். உளவியல் வன்முறை உடல் சார்ந்த காயங்களை ஏற்படுத்தாது. அதற்கு மாறாக, பாதிக்கப்பட்டவருக்கும், அவரைச் சுற்றியிருப்பவருக்கும் உளவியல் வன்முறையால் மனச்சோர்வு மற்றும் மனப்பதற்றம் ஏற்படுகிறது. தொடர்ந்து கவலை நிலையில் சிக்கித் தவிப்பதால் தற்கொலை முயற்சிகளிலும் ஈடுபடுவார்கள். உணர்ச்சி ரீதியாக துஷ்பிரயோகம் செய்யப்படும் குழந்தைகள் பெரும்பாலும் மகிழ்ச்சி அற்றவர்களாகவும், அச்சம் நிறைந்தவர்களாகவும், துயரங்களுடனும் காணப்படுவார்கள். அவர்கள் ஆக்ரோஷமான, சமூகத்திற்கு எதிரான அல்லது அவர்களின் வயதுக்கு மீறிய முதிர்ச்சி அடைந்தவர்களாக மாறலாம். உளவியல் வன்முறையில் பாதிக்கப்பட்ட நபர்கள் பெரும்பாலும் சமூகத்திலிருந்து தன்னை தனிமைப்படுத்திக் கொள்வது, சமூகத்தின் மீது நம்பிக்கையின்மை போன்ற குணாதியசங்களை கொண்டுள்ளனர். நெருங்கிய கூட்டாளியின் வன்முறையால் பாதிப்படைபவர்கள், வாழ்நாள் முழுவதும் தங்களுக்கு ஏற்படும் காயங்களில், 14% –11.4% PTSD–ஆல் பாதிக்கப்படுகிறார்கள் என்று 2020 ஆம் ஆண்டில் நடந்த ஆய்வு தெரிவிக்கிறது (3).

குடும்ப வன்முறை

குடும்ப வன்முறை என்பது ஒரு குடும்ப உறுப்பினர், மற்ற குடும்ப உறுப்பினரின் மீது தனது

எண்ணத்தையும், அதிகாரத்தையும் திணித்து கட்டுப்படுத்துவதாகும். குடும்ப வன்முறை பல மோசமான விளைவுகவை ஏற்படுத்துகிறது. ஏனெனில், ஒரு குடும்ப உறுப்பினரின் வன்முறை செயலானது, அடுத்தத் தலைமுறையினரும் வன்முறை செயல்களில் ஈடுபடுவதற்கான தூண்டுதலை ஏற்படுத்துகிறது. இது உடல் ரீதியான வன்முறையாக ஆரம்பித்து, உணர்ச்சி ரீதியாகவும் பாலியல் ரீதியாகவும், பொருளாதார ரீதியாகவும், பாதிப்புகளை ஏற்படுத்துகிறது. ஒரு பெற்றோரை மற்றொருவர் துஷ்பிரயோகம் செய்வதைக் கண்டால், குழந்தைகளுக்கு கடுமையான உளவியல் பாதிப்பு ஏற்படும். பெரும்பாலும், கணவன் மனைவிக்கு எதிரான துஷ்பிரயோகத்தின் இடையில் இருக்கும் குழந்தைகளும், இளைஞர்களும் காயமடைகிறார்கள். இது போன்ற வன்முறை செயல்களின் பொழுது குடும்பத்தில் சில சமயங்களில் சிறுவர்கள் மற்றும் இளைஞர்கள் தலையிட முயற்சிப்பதால், சில சமயங்களில் தங்கள் தாய் மற்றும் உடன்பிறப்புகளைப் பாதுகாப்பதிற்காக, தவறான குடும்ப உறுப்பினருக்கு எதிராக கிரிமினல் குற்றங்களைச் செய்கிறார்கள். அந்தச் சமயத்தில் வன்முறையை தடுக்க இயலாத குழந்தைகளுக்கு மனதில் பழி வாங்கும் எண்ணம் எழ ஆரம்பிக்கிறது. சில சமயங்களில், துஷ்பிரயோகம் செய்பவரை பழிவாங்கும் செயலுக்கு குழந்தைகள் உள்ளாகின்றனர்.

வன்முறைக்கும் மனநலப் பாதிப்பிற்கும் உள்ள தொடர்பு:

மனநலம் பாதிக்கப்பட்ட நபர்கள் அனைவரும் வன்முறை செயல்களில் ஈடுபடுவார்கள் என்ற தவறான எண்ணம் நம் சமூகத்தில் தற்பொழுதும் பரவலாக காணப்பட்டு வருகிறது, உண்மையில் மனச்சிதைவு, மனஎழுச்சி, இருமுனைய பிறழ்வு, மற்றும் பல மனநோயினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் தங்களது மனநோயின் தீவிரத்தின் காரணமாக வன்முறை செயல்களில் ஈடுபடுவதற்கான வாய்ப்புகள் இருக்கிறது. ஆனால் இது போன்ற மனநோயினால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள், தங்களது நோய் தீவிரமடையும் முன்பாக, அதற்கான சரியான சிகிச்சைகளை மேற்கொண்டால் வன்முறை செயல்களில் அவர்கள் ஈடுபடாமல் பாதுகாப்பான சூழலை அமைத்துக் கொண்டு, இயல்பான சமூகவாழ்க்கையை மேற்கொள்ளலாம்.

மேலும் மனநலப் பாதிப்பு ஏற்பட்ட ஒரு நபருக்கு, அவரது மனநோயின் தீவிரம், குடி மற்றும் போதைப் பழக்கம், குடும்பம், வேலை, பொருளாதாரம் போன்றவற்றில் ஏற்படும் சிக்கல், இயலாமை, மற்ற நபர் அந்நபரை நடத்தும் விதம் போன்ற பல காரணிகள் அந்நபருக்கு வன்முறை எண்ணம் மற்றும் செயல்கள் ஏற்படுவதற்குக் காரணமாக அமைகிறது.

வன்முறையை ABC (Antecedent, Behaviour, Consequences) என்ற **3** வகைகளின் மூலம் மதிப்பீடு செய்யலாம்.

Antecedent என்பது உள்ளார்ந்த உள்காரணிகள் மற்றும் மது பானங்கள் அல்லது போதைப் பொருட்களின் நுகர்வு, வெளிப்புறச்சூழல், மரபணு, நரம்பியல் கோளாறுகள் மற்றும் குடும்பச் சூழல் போன்றவைகளின் காரணமாக ஏற்படுகின்ற வன்முறைத் தூண்டுதல் ஆகும்.

Behaviour – வன்முறை நடத்தை என்பது ஒரு தனிநபரை அச்சுறுத்தும் அல்லது தீங்கு விளைவிக்கும் வகையில் நடப்பது மற்றும் மற்றவர்களை காயப்படுத்தும் அல்லது சொத்துக்களை அழிக்கும் வகையில் நடப்பதாகும். வன்முறை நடத்தை பெரும்பாலும் வாய்மொழி அச்சுறுத்தல்களுடன் தொடங்குகிறது. ஆனால் காலப்போக்கில் உடல் ரீதியான தீங்கு விளைவிப்பதாக மாறுகிறது.

Consequences : நடத்தையால் பாதிக்கப் பட்டவர்கள் உளவியல் மற்றும் அதிர்ச்சிகரமான எதிர் வினைகள், மீதித் தாக்குதல்கள், பயம், மனச்சோர்வு, குற்றஉணர்வு போன்ற மனநலக் கோளாறுகளை எதிர்கொள்கிறார்கள். அதுமட்டுமின்றி சட்டரீதியான தண்டனை மற்றும் சில சந்தர்ப்பங்களில் சிறைத்தண்டனை அதிகரிக்கும் அபாயமும் ஏற்படுகிறது. தனி மனிதனுடைய மனதில் தோன்றுகிற ஒரு வன்முறை எண்ணம் குழு வன்முறையாக மாறுகிறது.

வன்முறையை தவிர்ப்பதற்கு மேற்கொள்ள வேண்டியவை

ஒரு நபர் ஆரம்பத்திலேயே வன்முறை எண்ணம் மற்றும் செயல்களை வெளிப்படுத்துவது இல்லை. அதற்கு முன்பாக வன்முறைத் தொடர்பான உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துவது அல்லது உணர்ச்சித் தூண்டுதலை வெளிப்படுத்துவது என்று காணப்படுகிறார்கள். உதாரணமாக, எரிச்சல்,

கோபம், விரோதம், சந்தேகம், குறிப்பிடத்தக்க உணர்ச்சியின்மை போன்ற மனநிலையுடன் காணப்படுகிறார்கள். இதனைத் தொடர்ந்து வார்த்தையாகத் திட்டுவது, மரியாதைக் குறைவாகப் பேசுவது, அவமதிப்பது, தவறான மற்றும் ஆபாச வார்த்தைகளை உபயோகப்படுத்துவது, மிரட்டுவது, போன்ற செயல்களில் ஈடுபடுகிறார்கள். இதனைத் தொடர்ந்து பொருட்களை உடைப்பது, அச்சுறுத்தும் வகையிலான செயல்களில் ஈடுபடுவது, போன்ற செயல்களை மேற்கொள்கிறார்கள். மேற்கண்ட நிலைகளில் முதல் நிலையான எதிர்மறை உணர்வுகளை ஒரு நபர் வெளிப்படுத்தும் போதே, அதனைக் கண்டறிந்தால், எதிர்மறை மன உணர்வுகளை மாற்றியமைத்து, நேர்மறை மனஉணர்வுகளை வளர்த்துக் கொண்டு, வன்முறை என்ற இறுதி நிலைக்குச் செல்லாமல் தடுக்க இயலும். அதையும் மீறி வன்முறை எண்ணம் ஏற்படும் பொழுது தனிமையைத் தவிர்க்க வேண்டும். ஏனெனில் வன்முறை எண்ணம் ஏற்படும் சமயத்தில் தனிமையில் இருந்தால் என்ன வார்த்தைகளை உபயோகப்படுத்தி திட்டலாம், எவ்வாறு காயப்படுத்தலாம், எவ்வாறு தாக்கலாம் என்பது போன்ற மனரீதியான திட்டமிடல்கள் அதிகரிக்கும். அதையும் மீறி தொடர் கோபமும், வெறுப்பும், வன்முறை எண்ணங்களும் ஏற்படும் பொழுது தங்களது நம்பிக்கைக்கு உட்பட்டவர்களிடம் தங்களது மன உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தித் தேவையான உதவிகளை எடுத்துக் கொண்டு தங்களை ஆசுவாசப்படுத்தி கொள்வது அவசியமான ஒன்றாகக் கருதப்படுகிறது. அதையும் மீறி தொடர் வன்முறை எண்ணங்கள் ஏற்பட்டால், அதற்கு சரியான மனநல மருத்துவ சிகிச்சை மற்றும் ஆலோசனை மேற்கொள்வதன்மூலம், அவ்வப்போது மனதில் தோன்றும் உடனடி வன்முறை எண்ணங்களை வெளிப்படுத்தாமலும், தனக்கும் மற்றவர்களுக்கும் ஆபத்து ஏற்படாமலும் தங்களை முறையாகக் கையாண்டு பாதிப்பைத் தவிர்க்க இயலும்.

Reference:

1. Rueve ME, Welton RS. Violence and mental illness. Psychiatry (Edgmont). 2008 May,5(5):34-48. PMID: 19727251; PMCID: PMC2686644.
2. Barbara G, Buggio L, Micci L, Spinelli G, Paiocchi C, Dridi D, Cetera GE, Facchin F, DonatiA, Vercellini P, Kustermann A. Sexual violence in adult women and adolescents. Minerva Obstet Gynecol. 2022 Jun;74(3):261-269. doi: 10.23736/S2724-606X.22.05071-0. Epub 2022 Feb 11. PMID: 35147019.
3. Coventry PA, Meader N, Melton H, Temple M, Dale H, Wright K, Cloitre M, Karatzias T, Bisson J. Roberts NP, Brown JVE, Barbui C, Churchill R, Lovell K, McMillan D, Gilbody S. Psychological and pharmacological interventions for posttraumatic stress disorder and comorbid mental health problems following complex traumatic events: Systematic review and component network meta-analysis. PLoS Med. 2020 Aug 19;17(8):e1003262. doi: 10.1371/journal.pmed. 1003262. PMID: 32813696; PMCID: PMC7446790.