

دنیای درون، جهان بیرون
نظریه‌های روابط ابژه و روان‌نمایشی

فهرست مطالب

۷.....	دنیای درون، جهان بیرون.....
۱۱.....	قدردانی برای چاپ نخست.....
۱۳.....	مقدمه نویسنده برای ترجمه فارسی کتاب.....
۱۵.....	مقدمه‌ای بر نسخه اصلی.....
۲۷.....	فصل ۱: مقدمه: نظریه‌های روان‌نمایشی و روان‌تحلیلی.....
۴۹.....	فصل ۲: ارزیابی رهبر گروه: نظام‌هایی درون نظام‌های دیگر.....
۷۵.....	فصل ۳: تکرارها و انتقال.....
۱۰۷.....	فصل ۴: دنیای ابژه درونی.....
۱۳۱.....	فصل ۵: روابط و نقش‌ها.....
۱۵۷.....	فصل ۶: دنیای درون و نمایش روان‌درمانی.....
۱۸۱.....	فصل ۷: انتقال متقابل.....
۲۰۵.....	فصل ۸: سازوکارهای دفاعی روانی.....
۲۴۱.....	فصل ۹: تعارضات و اضطراب: نگهداری و دربرگیری.....
۲۶۷.....	فصل ۱۰: بازی و واقعیت.....
۲۸۷.....	فصل ۱۱: پوشش‌های گروه.....
۳۱۷.....	قطعه پایانی: رویکرد روان‌نمایشی چگونه باعث تغییر افراد می‌شود؟.....
۳۲۹.....	منابع.....
۳۳۵.....	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی.....
۳۳۷.....	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی.....

دنیای درون، جهان بیرون

چاپ اول دنیای درون، جهان بیرون به سال ۱۹۹۳ برمی‌گردد و از آن زمان تاکنون یکی از برجسته‌ترین کتاب‌ها در زمینه خودش بوده است. پُل هولمز از طرفی خواننده را به «دنیای درون» روابط ابژه می‌برد و از طرف دیگر او را به «جهان بیرونی» هدایت می‌کند که در آن روابط واقعی مشترک بین افراد برقرار است. پُل هولمز توانسته است به‌عنوان روان‌درمانگری که در حوزه‌های روان‌تحلیلی و روان‌نمایشی^۱ آموزش دیده است مقدمه‌ای واضح و آموزنده در خصوص روابط ابژه و ارتباط آن با رویکرد روان‌نمایشی به رشته تحریر درآورد. او به جستجوی رابطه بین نظریات جی.ال. مورنو، پایه‌گذار رویکرد روان‌نمایشی، و زیگموند فروید، بنیان‌گذار رویکرد روان‌تحلیلگری، پرداخته و ترکیبی گیرا از این دو ارائه کرده است. هر فصل با گزارشی از یک جلسه روان‌نمایشی آغاز می‌شود و بر ابعاد خاصی از نظریات روان‌نمایشی و روابط ابژه^۲ تأکید می‌کند. این گزارش‌ها به درک مفاهیم و فنون کمک می‌کنند و با استفاده از محتوای درمانی گروه‌ها به‌طور عملی به توضیح مفاهیم بنیادین روان‌تحلیلی می‌پردازند.

نویسنده در این چاپ با مقدمه‌ای جدید به مفاهیم نظریه دلستگی می‌پردازد. این کتاب مفاهیم گوناگون را به شکلی منسجم و گیرا به هم پیوند می‌دهد؛ این کتاب می‌تواند به منظور آموزش یا فعالیت حرفه‌ای مورد استفاده متخصصین سلامت روان و هنر درمانی^۳ قرار گیرد.

پُل هولمز عضو انجمن روان‌درمانی گروهی و روان‌نمایشی آمریکا و دارنده جایزه دیوید. ای. کیپر است. وی مشاور روان‌پزشک کودکان و بزرگسالان و همچنین اولین رئیس انجمن روان‌نمایشی بریتانیا بوده است. او سال‌ها در گروه‌های سلامت روان کودکان و بزرگسالان مشغول به فعالیت بوده و زمینه موردعلاقه‌اش ارائه خدمات به کودکان پرورشگاهی و فرزندخوانده‌ها است. او علاقه زیادی به تلفیق نظریه‌ها و

1 Psychodrama
2 Object Relations
3 Arts Therapy

روش‌های بالینی مکاتب مختلف روان‌درمانی دارد و اخیراً بر نظریهٔ دل‌بستگی متمرکز شده‌است.

طرح روی جلد بر اساس تصویری از قبیلهٔ هوئیچول در مکزیک است که مردم آن به دو نیروی متضاد کیهانی در جهان معتقد هستند. مردمان آنجا هر ساله برای جمع‌کردن نوعی کاکتوس به سن لوئیس پوتوسی می‌روند و به اجرای مراسم کهن خود جهت بازگشت به جایی که حیات از آن آغاز شد می‌پردازند، در آنجا خود را تسلی می‌دهند و اطمینان حاصل می‌کنند که ارواح قبیلهٔ هوئیچول تولدی دوباره می‌یابند.

توجه: این تقریباً همان چیزی است که دنیای درون، جهان بیرون مدنظر دارد البته به‌غیر از بخش کاکتوس!

تقدیم به وستن تولاک

به خاطر زحماتی که برای تولد دوباره این کتاب کشید

قدردانی برای چاپ نخست

در طول ۲۰ سالی که مشغول روان‌درمانی بوده‌ام، این افتخار را داشتم که با افرادی خلاق، آگاه و مشوق از جمله بسیاری از معلمان، استادان راهنما، همکاران، درمانگران فردی، بیماران و دوستانم کار کنم. می‌دانم که از این افراد بسیار یاد گرفته‌ام؛ باین‌حال، به نظر غیرحرفه‌ای می‌رسد که نام تک‌تکشان را در اینجا ذکر کنم. من تجارب کمتر رضایت‌بخشی نیز با تعدادی از معلمان، استادان راهنما و درمانگران داشته‌ام و مطمئنم که نتوانسته‌ام رضایت بعضی از بیماران و دانشجویانم را به دست آورم. می‌دانم که در طول این سال‌ها از قبال همهٔ این تجربه‌ها رشد کرده و آموخته‌ام.

باین‌حال، علاقه‌مندم تا از دوستانی که در طول سکونتم در مکزیکوسیتی مرا یاری کردند یاد کنم. قدردانی می‌کنم از دیوید و رووینا رزنیکوف، گوستاو فوئنتز و هرمینیا لوزا، مانوئل اکونا، گرگوریو فریتز، مانلیو گوئرو، مارگاریتا گوتارت پادایلا، مویزس ریورا اورتیز، کن دیوی، جورج براوو سوتو و لورا کورتز. همچنین از دوستی با یویو بلو و جیم وینکلر و دانشجویانشان در موسسه روان‌نمایشی و نمایش جمعی مکزیک سپاسگزارم.

همچنین سپاسگزارم از والدینم که به شیوهٔ عملی خودشان مقدمات سفرم را به مکزیک فراهم کردند و از ویراستارم در انتشارات راتلج، ادوینا ولهم، برای حمایت و تشویق بی‌دریغش برای اجرای این طرح سپاسگزارم و از دانشگاه یو.دی. ال.ای در مکزیک که امکانات رایانه‌ای را در مواقع ضروری برایم مهیا کرد قدردانم.

یادداشت

من یک روان‌نمایشگر مرد هستم و در این کتاب جلسهٔ روان‌نمایشی را با صدای شخصیت اصلی مرد توصیف می‌کنم؛ بنابراین به‌جز مواقعی که مشخصاً به یک زن اشاره شده‌است، در سراسر این کتاب از شخصیت اصلی مرد استفاده خواهم کرد. باین‌حال، شایان‌ذکر است که در این کشور اکثریت روان‌نمایشگران زن هستند. همچنین از افراد زیر برای اعطای مجوز برای بازنشر مطالبشان سپاسگزارم: از مرکز

نشر بیکن برای نوشته‌های جی.ال.مورنو و شکل ۱۱.۴، از گولدمن و دی. موریسون
برای شکل ۳.۱، از دی. ایچ مالان برای شکل ۳.۲، از مرکز ام.جی.ان و سندیکای
آفرینندگان برای شکل ۳.۳ و از ام.ای شاعر برای شعرش «نقش‌ها» سپاسگزارم.

مقدمه نویسنده برای ترجمه فارسی کتاب

دنیای درون، جهان بیرون

خوشحالم که این مقدمه را برای نسخه فارسی دنیای درون، جهان بیرون می نویسم. نوشتن این مقدمه انگیزه‌ای شد تا از کسانی تشکر کنم که در نگارش این اثر به من کمک کردند و فرصتی فراهم کرد تا بعضی از تجارب شخصی خود را در تألیف این کتاب مرور کنم.

هدف من از تألیف دنیای درون، جهان بیرون تلفیق نمایش با فرایندهای روان-تحلیلی بود. من در دوران دانشجویی در کالج دانشگاهی لندن به مدت نه سال پانزده نمایش از جمله نمایش یک رؤیا^۱ از استریندبرگ و پرنده‌گان از آریستوفان را به صحنه بردم و چند اثر بدیع نیز کارگردانی کردم. همچنین یک استودیوی تئاتر کوچک تأسیس کردم که بعد از پنجاه سال همچنان فعال است، البته با نامی جدید. علاوه بر این، در این سال‌ها توانستم در رشته روان‌شناسی عصب‌نگر مدرک دکترا بگیرم.

در همان زمان تصمیم گرفتم به مدت نه سال در جلسات تحلیل گروهی ایزل سگلو (همکار اس. اچ فولکه، عضو جامعه تحلیل گروهی) شرکت کنم. در آن زمان نمی‌دانستم که چه نقاط مشترکی با هم داریم ولی بعدها متوجه شدم که ایزل در کشور آلمان در دهه ۱۹۲۰ بازیگر بود و در سال ۱۹۶۵ کتابی با عنوان گروه‌های روان‌نمایشی برای کودکان ناسازگار مدرسه روزانه^۲ نوشت. من همچنین روان‌درمانی فردی را پیش ایلزه (همکار دی. دابلیو. وینیکات)، روان‌تحلیلگر و تحلیلگر یونگی، به انجام رساندم. تنها خانواده و دوستانم می‌توانند بگویند که این درمان‌ها چه تأثیری بر من داشته‌است ولی مطمئناً باعث شد که به‌عنوان یک روان‌درمانگر تحلیلی، روان‌درمانی فردی-التقاطی را در مرکز روان‌درمانی لندن- یکی از چند سازمانی که ایلزه سگلو تأسیس کرده است- آموزش ببینم.

در اواخر دهه ۱۹۷۰ به‌طور اتفاقی با رویکرد روان‌نمایشی آشنا شدم، زمانی که در

1 A Dream Play

2 Psychodrama Groups in a Day School for Maladjusted Children

یکی از دوره‌های ماریسیا کارپ (همکار جی. ال. مورنو) شرکت کردم و این برخورد باعث شد تجاربم را در زمینه درمان پسا فرویدی با پیشینه‌نمایشی خود تلفیق کنم. تصمیم گرفتم تا به جای تحلیل گروهی، تحت نظر ماریسیا (و به همراه زرکا مورنو هنگام حضورش در بریتانیا در دهه ۱۹۸۰) در حوزه روان‌نمایشی آموزش ببینم زیرا از انرژی نوآورانه گروه لذت می‌بردم. در این زمان من به مدت دو سال در بیمارستان مادزلی تحت نظارت مالکوم پاینز در یک گروه تحلیلی آموزش دیدم. در دوره‌ای که شیفته نمایش روانی بودم تصمیم گرفتم یک زندگی حرفه‌ای را به‌عنوان مشاور در مرکز روان‌پزشکی و مراقبت کودک لندن ایجاد کنم. در دوره بازنشستگی تلاش کردم تا نظریه مورنو را در حوزه سیاسی به‌کارگیرم و از روش‌های غیردرمانی او در دنیای پرحادثه امروز استفاده کنم. امیدوارم تمامی کسانی که این کتاب را می‌خوانند آن را نه اثری تمام‌شده که بخشی از یک فعالیت مداوم در جهت تلفیق تجارب شخصی، نظری و بالینی در نظر بگیرند.

دکتر پُل هولمز

ژوئن ۲۰۱۷

مقدمه‌ای بر نسخه اصلی

نظریه‌های روابط ابژه و دلبستگی

من این کتاب را در سال ۱۹۹۰ نوشتم، هنگامی که در مکزیکوسیتی زندگی می‌کردم. قبل از آن در دهه ۱۹۸۰ دوره‌های آموزشی روان‌پزشکی کودک، روان‌تحلیلگری و روان‌نمایشگری را در لندن گذرانده بودم. هدف من از نگارش این کتاب تلفیق نظریات و فنونی بود که از تجربیات عملی در جلسات روان‌نمایشگری به‌دست آوردم، اما امیدوار بودم که این کتاب مخاطبان گسترده‌تری در حوزه روان‌درمانی نیز داشته باشد.

در آن زمان من با نظریه‌های روان‌تحلیلی، روابط ابژه و روان‌نمایشی پیوند خورده بودم اما از فعالیت‌های جان بولبی در خصوص دلبستگی تقریباً بی‌اطلاع بودم. با اینکه در اوایل دهه ۱۹۸۰ در کلینیک تویستاک در یک مایلی مرکز فعالیت او در لندن کار می‌کردم، متأسفم که هیچ‌وقت نتوانستم او را ملاقات کنم و اکنون از حجم محدود ارجاعات این کتاب به بولبی و نظریه دلبستگی تعجب می‌کنم.

طی بیست سال بعد، علایق حرفه‌ای‌ام به سمت کار بالینی با کودکان پرورشگاهی و فرزندخوانده‌ها کشیده شد و هنگامی که در پرونده‌های مربوط به مراقبت از کودک نقش شاهد متخصص دادگاه را ایفا می‌کردم، دریافتم که مفاهیم نظریه دلبستگی بسیار کارآمد هستند.

نظریه روابط ابژه^۱ (ORT) و نظریه دلبستگی^۲ (AT) ریشه‌های مشترکی دارند. بولبی، مانند دیگر نظریه‌پردازان روابط ابژه یادشده در این کتاب، بریتانیایی بود و در روان‌پزشکی و رویکرد روان‌تحلیلی آموزش دیده بود (هولمز، ۱۹۹۲).

هر دو نظریه بر اهمیت تجارب اولیه ارتباطی کودک با دیگران که معمولاً پدر یا مادر هستند، تأکید می‌کنند و به این می‌پردازند که چگونه این تجربیات به‌طور هشیار و ناهشیار درونی می‌شوند و در سراسر زندگی تمامی روابط بعدی فرد را به شکل‌های مختلف تحت تأثیر قرار می‌دهند. علاوه بر این، هر دو نظریه یک فرایند جداسدگی یا

1 Object Relations Theory

2 Attachment Theory

«تفکیک» را به عنوان موضوع اصلی خود در نظر می گیرند که ذهن از طریق آن تجارب را در مراحل اولیه به حافظه می سپارد یا مدیریت می کند. نظریه روابط ابژه این جداشدگی روانی را به مثابه دوگانه عواطف «مثبت» و «منفی» مفهوم سازی می کند. در عین حال، نظریه دل بستگی بیان می کند که سازمان ذهنی بر اساس مدیریت اطلاعات پایه ریزی شده است و این تفکیک بین تجارب شناختی و عاطفی صورت می گیرد. هر دو نظریه بیان می کنند که تحول روانی مستلزم فرایندی است که خاطرات کودکی و زندگی بزرگسالی را با هم ادغام و بدین ترتیب شخصیت فرد را پایه ریزی می کند. با وجود این، مهم ترین تفاوت بین نظریه روابط ابژه و نظریه دل بستگی به رانه^۱ یا منطق کودک برای شکل دهی این روابط مربوط می شود.

این کتاب توضیح می دهد که چگونه نظریه روان تحلیلی سنتی برای ابراز غرایز فرد به دنیای درونی و رانه های روانی توجه می کند: لیبیدو (اروس^۲، رانه عشق و زندگی است) و تاناتوس^۳ (غریزه مرگ، یک آرزوی ناهشیار برای مردن است و هنگامی که به سمت دیگران معطوف می شود با پرخاشگری و خشونت توصیف می شود). مدل روان-تحلیلی در شکل افراطی خود «دیگری» را «ابژه جزئی» موجود در ذهن کودک در نظر می گیرد (برای مثال دیدگاه کلاینی پستان «خوب» و «بد»).

یک روان تحلیلگر دیگر، رونالد فربرن، تأکید می کرد که کودکان اساساً «ابژه جو» هستند و منظورش از ابژه افراد واقعی بود اما او با قبول اهمیت لیبیدو از نظریه فروید پیروی کرد. او متوجه شد که «هدف نهایی لیبیدو/ابژه است» و هم به طور استعاره ای و هم به طور واقعی «در مراحل اولیه، ابژه طبیعی کودک مادر و به طور خاص تر پستان اوست» که اولین «ابژه مناسب زیستی» کودک به حساب می آید (فربرن ۱۹۵۲). ارنست جونز در پیشگفتار کتاب *مطالعات روان تحلیلی شخصیت* (۱۹۵۲) فربرن بیان می کند که برخلاف فروید، «دکتر فربرن نظریه خود را از مرکز شخصیت، یعنی من، آغاز می کند و مشکلات من را در پیدا کردن ابژه ای آرامش بخش به تصویر می کشد.» نظریات فربرن به طور مفصل در کتاب *فربرن و ریشه های روابط ابژه بررسی شده است* (گروتشتاین و رینزلی، ۱۹۹۴).

1 Drive
2 Eros
3 Thanatos

نظریه روابط ابژه، همان‌طور که در این کتاب بحث شده، به توضیح این مطلب می‌پردازد که چگونه تجربیات روابط اولیه درونی‌سازی می‌شوند و اساس رشد شخصیت و روابط بعدی فرد را شکل می‌دهند.

جان بولبی روان‌تحلیلگر بود؛ به این حال، به رد آن بخش‌هایی از نظریه روابط ابژه پرداخت که بر ابراز نیازهای کودک تأکید می‌کرد، نظریه‌ای که مدعی بود همه این نیازها در خدمت جستجوی ابژه هستند. او بر دیدگاه کردارشناسی^۱ متمرکز شد و به توصیف هدف کودک از نحوه شکل‌دهی روابطش در ارتباط با بقا در یک جهان خطرناک پرداخت، کودکی که در مراحل اولیه زندگی هم از نظر بدنی و هم از نظر احساسی بسیار ناپخته و بی‌دفاع است.

نظریه دلبستگی در خصوص ریشه‌ها و اهداف این «ابژه‌جویی» و پیامدهای روانی آن موضعی تقریباً روشن دارد. در این زمینه، بولبی تحت تأثیر مطالعات کانرْد لورنز در ارتباط با نقش‌پذیری^۲ اردک‌ها و غازها قرار گرفت که بعد از خارج شدن از تخم به دنبال اولین مراقبت‌کننده در دسترس حرکت می‌کردند؛ آن‌ها بدون توجه به اینکه آن مراقبت‌کننده مرغابی است یا انسان در تلاش بودند تا از خطرات غیرقابل پیش‌بینی دنیای اطرافشان جان سالم به در برند. نمونه مشابه اما پیچیده‌تر آن را می‌توان در فرآیندی مشاهده کرد که برای انسان‌ها اتفاق می‌افتد.

شبهات‌ها و تفاوت‌های این دو نظریه در یک مقاله مرتبط قدیمی و آموزنده توسط ماری اینزورث مورد بحث قرار گرفته‌است (ماری اینزورث، ۱۹۶۹).

در این مقدمه فرصت کافی نیست تا پیچیدگی‌های رو به رشد و جذاب نظریه دلبستگی را که هم‌اکنون با بسیاری از تحقیقات تجربی و ابزارهای معتبر اندازه‌گیری مورد حمایت قرار گرفته مرور کنیم؛ همچنین توضیح دلالت‌های مداخله‌ای برای کار درمانی یا اجتماعی در این مجال نمی‌گنجد؛ خواننده علاقه‌مند می‌تواند به سه کتاب از انتشارات راتلج در مورد دلبستگی رجوع کند: نظریه، دلالت‌ها و مداخلات (هولمز و فارنفیلد، ۲۰۱۴، بخش اول و دوم) و ارزیابی (فارنفیلد و هولمز، ۲۰۱۴).

از زمان نگارش این کتاب پیشرفت‌های چشمگیری در دانش ما از مفاهیم زیربنایی

1 Ethology
2 Imprinting

عصب‌شناختی و عصب-زیستی روابط انسانی و رشد شخصیت و اهمیت اپی ژنتیک (تغییرات موروثی موجود در بیان ژن که بدون تغییر در DNA ایجاد می‌شود) و نقش محوری هورمون‌هایی مثل اُکسی توسین^۱ به وجود آمده‌است. با وجود اینکه گاهی بخش‌هایی از این موضوعات وارد بحث‌های داغ علمی می‌شود در این مقدمه نمی‌توانیم هیچ‌یک از این یافته‌های جذاب و چالش‌برانگیز را بگنجانیم.

بولبی مفهوم «پایگاه امن» را معرفی کرد، پایگاهی که کودک در زمان پریشانی به آن برمی‌گردد: نقش این پایگاه به‌خصوص به‌عنوان منبع آرامش در مواقع اضطراب و به‌عنوان محافظ در مقابل خطر مورد اهمیت است (بولبی، ۱۹۸۸). کودک روش‌هایی از قبیل گریه کردن، لبخند زدن و بعدها بلند کردن دست‌ها به سمت مراقبت‌کننده، غان و غون کردن و نق زدن را به کار می‌گیرد تا نزدیکی خود را به «پایگاه امن» افزایش دهد و بقای خود را تضمین کند. این‌ها تجاری هستند که روابطی پیچیده و غنی‌تر را پایه‌گذاری می‌کنند و بدین ترتیب در یک مسیر معین این اجازه را به کودکان می‌دهد تا مشارکت بزرگسالانه داشته باشند، زاد ولد کنند و بدین‌صورت خط ژنی خود را حفظ کنند.

تعاملات شکل گرفته اولیه بین والد و کودک به بخشی از «مدل کارکردی درونی دنیای» کودک تبدیل می‌شود (بولبی، ۱۹۷۳)؛ بر اساس این الگو، فرد با نگاهی روان‌شناختی به روابط و زندگی توجه می‌کند و به ارزیابی و پیش‌بینی زندگی و آینده نزدیک خود می‌پردازد و از این طریق بقای خود را تضمین می‌کند. کودک با گسترش راهبرد «آزمون‌های مسیر»^۲ و با افزایش ظرفیت تعاملاتش با یک مراقبت‌کننده بالقوه محافظ و نزدیکی به او، امنیت خود را بهبود می‌بخشد.

اینزورث، دانشجو و همکار بولبی، به مشاهده پاسخ کودکان به هنگام جدایی کوتاهی که از مادرانشان داشتند پرداخت و نام این تجربه را «موقعیت غریب» گذاشت. او (با همکاری بولبی) بر اساس مشاهداتش به توصیف سه طبقه بنیادین پاسخ‌های دلبستگی پرداخت. این پاسخ‌ها در ابتدا توصیف شدند و سپس معنای ویژه هر یک از این پاسخ‌ها با الف، ب و ج نام‌گذاری شد. بعداً این سه گروه بیشتر مورد بررسی قرار

1 Oxytocin

2 Road tests

گرفتند. دو گروه الف (که دارای تمایلات دوری‌گزین و ناچیزشماری بودند) و گروه ج (که دارای برخورد مقاوم، دوسوگرایانه و مغشوش بودند) با اضطراب در روابط و با درجه‌ای از بی‌اعتمادی همراه بودند. این افراد دارای دلبستگی ناایمن بودند درحالی‌که افراد گروه ب هم در کودکی و هم در بزرگسالی می‌توانستند روابط ایمن و قابل‌اعتماد تشکیل دهند (هولمز و فارنفیلد ۲۰۱۴).

نوع دلبستگی فرد و ماهیت راهبردهای مورد استفاده او تا حدی به نحوه فرزندپروری و نحوه پاسخ‌دهی والدین به نیازهای عاطفی کودک بستگی دارد. به‌طور خلاصه، کودکانی که والدینشان از لحاظ عاطفی با نیازهای کودکانشان هماهنگ‌تر هستند و به‌طور منظم و با رفتاری مناسب به آن‌ها پاسخ می‌دهند به احتمال بیشتری دلبستگی ایمن خواهند داشت و بنابراین در گروه ب قرار خواهند گرفت.

کودکان گروه الف دارای مراقبت‌کنندگانی بودند که دائماً طردکننده یا از لحاظ عاطفی غایب بودند (که این موضوع در نتیجه سبک دلبستگی خود والد، شخصیت یا مشکلات عاطفی او از قبیل افسردگی بود). چنین افرادی راهبردهایی برای بقا شکل دادند که با آن‌ها بتوانند سطوح برانگیختگی عاطفی خود را «به‌تنهایی» کنترل کنند و از نظر روانی رنج خود را مدیریت کنند. با این توصیف، هنگامی که آن‌ها تحت فشار هستند یا تهدید شده‌اند، احتمالاً برانگیختگی بدنی شدیدی را تجربه و آن را از دنیای بیرون پنهان می‌کنند. چنین افرادی تمایل دارند از منظری شناختی به جهان بنگرند و برای شناخت و افکار نسبت به احساسات ارزش بیشتری قائل هستند. در حقیقت، از آنجاکه آن‌ها در نبود مراقبت‌کننده تقریباً غایب خود احساس رنج و خشم را تجربه کرده‌اند تمایل دارند تا از ابراز احساسات منفی خودداری کنند تا بیش از این مراقبت‌کننده‌شان را از خود نرانند.

آن‌هایی که در گروه ج بودند متوجه شدند که مراقبت‌کننده‌هایشان بی‌ثبات‌اند و از نظر احساسی گاهی در دسترس و گاهی غایب هستند؛ آن‌ها از راهبردهای دلبستگی‌ای استفاده می‌کنند که «شلوغ‌کاری» نامیده می‌شود و بر اساس آن بسیار پرتوقع و پرسروصدا هستند و سخت هم آرام می‌گیرند. آن‌ها یاد گرفته‌اند که اگر به مدت طولانی یا با شدت کافی از یک راهبرد استفاده کنند قادر خواهند بود مراقبت‌کننده را ترغیب کنند تا به نیازهای آن‌ها رسیدگی کند. آن‌ها به دنبال نزدیکی به «پایگاه امنشان»

هستند، اما در عین حال نسبت به آرام گرفتن موفقیت‌آمیز مقاومت می‌کنند.

کودکانی که دارای مراقبت‌کنندگان متعددی هستند (برای مثال، از طریق مراقبت پرورشی یا فرزندخواندگی) یا در اختیار بزرگسالانی بوده‌اند که با آن‌ها تجارب ارتباطی مثبت داشته‌اند یا کودکانی که درمان شده‌اند می‌توانند راهبردهای عاطفی و شناختی را بهتر تلفیق کنند و می‌توانند از گروه الف یا ج به گروهی دست یابند که به اصطلاح گروه دلبستگی «ب اکتسابی» نامیده می‌شود.

بعدها ماری مین دانشجوی اینزورث و همکارانش گروه چهارمی را با عنوان د (نابسمان-ریخته^۱) نام‌گذاری کردند که شامل افرادی می‌شد که با آن‌ها بدرفتاری شده بود و تجارب تربیتی تهدیدکننده و بی‌ثباتی را تجربه کرده بودند. افراد گروه د تجارب بسیار ضعیف تربیتی داشتند؛ در حقیقت آن‌ها به ندرت «به اندازه کافی خوب» بودند. راهبردهای دلبستگی آن‌ها با کمبود سازمان‌بندی همراه بود. افرادی که این نوع دلبستگی را تشکیل می‌دهند همان گروهی هستند که بیشترین نگرانی را برای خدمات سلامت روان بزرگسالی و کودکی به وجود می‌آورند. تعدادی از این افراد ممکن است در بزرگسالی اختلالات شدید روانی از جمله اختلال شخصیت مرزی از خود نشان دهند.

بولبی دلبستگی را سازه‌ای برای تمام عمر می‌داند. شواهدی در دست است که نشان می‌دهد سبک‌های دلبستگی و راهبردهای اولیه کودک (اگرچه عوامل دیگر هم دخیل هستند) بر سلامت روان و روابط دوستی در بزرگسالی، انتخاب افراد مهم زندگی، کیفیت روابط عاطفی، نوع مراقبت‌کننده‌ای که به آن تبدیل می‌شویم و در نهایت بر سلامت روان و حس امنیت کودکانمان تأثیر خواهد داشت.

با استفاده از ابزارهای اندازه‌گیری معتبر می‌توان سبک دلبستگی فرد را از کودکی تا بزرگسالی سنجید. روش موقعیت غریب^۲ (SSP) به سنجش کودکان و نونهالان می‌پردازد. در سمت دیگر این طیف، مصاحبه دلبستگی بزرگسالان^۳ (AAI) وجود دارد که به بررسی خاطرات مربوط به روابط نزدیک افراد به‌ویژه روابط کودکی آنان می‌پردازد و یک مجموعه پرسش‌های مربوط به تجارب کلی زندگی را شامل می‌شود.

1 Disorganized-disoriented

2 The Strange Situation Procedure (SSP)

3 The Adult Attachment Interview (AAI)

این ابزار با تحلیل دقیق پاسخ‌های فرد و با تمرکز بر نحوه پاسخ‌دهی و نه محتوای آن به چگونگی باقی ماندن خاطرات مربوط به دلبستگی در ذهن فرد می‌پردازد. هر دو ابزار اندازه‌گیری بر روی فرد تمرکز می‌کنند؛ باین‌حال، در ابزار SSP، بر روی فرد به هنگام تعاملش با مراقبت‌کننده تمرکز می‌شود (به تتی و کیم در فارنفلد و هولمز ۲۰۱۴ نگاه کنید).

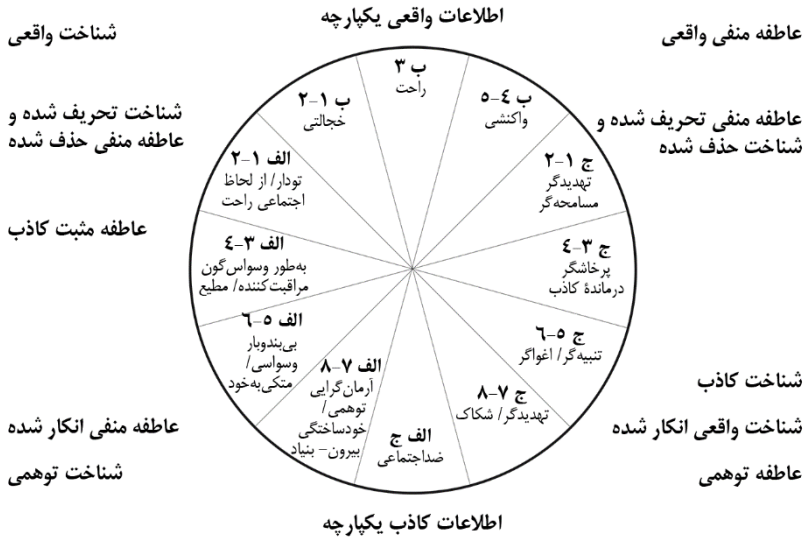
این سبک‌های دلبستگی، الف، ب، ج + د به نظر طبقه‌بندی شده می‌رسد انگار که فرد از کودکی تا بزرگسالی در یکی از این «سبک»ها تثبیت شده باشد. باین‌حال، پاتریشا کریتندن، یکی دیگر از شاگردان اینزورث و همکار مین، درحالی‌که تنها سه طبقه الف، ب و ج برای این مدل قائل است، صورت متفاوتی از آن به دست داده است و بدین ترتیب نظریه اصلی بولبی و مشاهدات اینزورث را گسترش می‌دهد. طبق دیدگاه کریتندن، راهبردهایی که کودک اتخاذ و استفاده می‌کند در طول زمان و با توجه به تغییرات محیطی و دگرگونی‌های شناختی، احساسی و اجتماعی کودک پیچیده‌تر می‌شود و این پیچیدگی در طول دوره کودکی و جوانی تا بزرگسالی ادامه می‌یابد. او این دیدگاه را در مدل پویایی-رشدی یا DMM¹ نشان داده است.

کودک با توجه به تجربه‌اش سبک‌های الف، ب و ج را در کودکی اتخاذ می‌کند. سبک الف ۱-۲ بیشتر صبغه شناختی دارد و فرد به‌طور آشکار از ابراز احساسات (به‌خصوص خشم) خودداری می‌کند. سبک ب ۱-۵ اطلاعات شناختی و عاطفی را تلفیق می‌کند و سبک ج ۱-۲ با ابراز احساسات مشخص می‌شود (فرد آشکارا پرخاشگر است یا در حالت تعدیل یافته آن فرد یک موضع خجالتی و بی‌دفاع اتخاذ می‌کند).

با رشد کودک و در طول سال‌های مدرسه (الف ۳-۴ و ج ۳-۴ در DMM) و در دوره‌های نوجوانی و جوانی (الف ۵-۸ و ج ۵-۸) راهبردهای پیچیده‌تری اتخاذ می‌شوند. کریتندن همچون نظریه‌پردازان دیگر معتقد است تمامی سبک‌های دلبستگی در زمان شکل‌گیری اولیه خود در رابطه کودک با «پایگاه امنش» کاربرد دارند؛ بالا بودن شماره سبک‌های دلبستگی با افزایش اختلالات روانی در ارتباط است. در DMM، برخلاف مدل الف ب ج + د، کریتندن به جای توجه به روش‌هایی که کودک با آن

1 Dynamic-Maturational Model (DMM)

نزدیکی و قرابت خود را به مراقبت‌کننده اصلی افزایش می‌دهد، بر راهبردهایی متمرکز می‌شود که کودک برای تضمین بقای خود به کار می‌گیرد.



شکل ۰.۱. مدل پویایی-رشدی الگوهای دلبستگی در بزرگسالی

کریستنن به توضیح این موضوع می‌پردازد که چگونه تجارب اولیه موجود در نظام حافظه‌ای فرد به‌طور هشیار یا ناهشیار باقی می‌ماند و بر اساس بخش‌های شناختی یا عاطفی، یعنی در ابعاد فکری یا احساسی، سازمان‌بندی می‌شود. بر این اساس، نظریات وی موارد مشترک زیادی با دوگانه توصیف‌شده در نظریه روابط ابژه دارد. با این حال، دوگانه توضیح داده‌شده در نظریه روابط ابژه به دو بعد عاطفه مثبت و منفی (خوب در مقابل بد) تقسیم می‌شود. با وجود این، برای افرادی که در سبک الف هستند، خود به‌عنوان «بد» و دیگران به‌عنوان «خوب» تجربه می‌شوند (بدین ترتیب فرد نیازمند این است تا ابراز خشم خود را کاهش دهد) درحالی‌که افرادی که در سبک ج هستند تمایل دارند تا خود را تبرئه و دیگران را مقصر اعلام کنند. احتمالاً چنین فرایندهایی به عملکردهای متفاوت نیمکره‌های چپ و راست مغز مربوط می‌شوند (نگاه کنید به

فارنفیلد و استوکوی در هولمز و فارنفیلد (۲۰۱۴).

به محض اینکه کودکان سبک‌های الف+ (مثلاً افراد سطح بالاتر گروه الف) و ج+ (افراد سطح بالاتر گروه ج) به بلوغ می‌رسند به شدت در یکپارچه کردن افکار و احساسات واقعی خود در روابطشان مشکل پیدا می‌کنند و بنابراین شروع به تغییر راهبردهای بقای خود می‌کنند و دست به تحریف افکار و احساسات خود می‌زنند تا شانس بقای خود را افزایش دهند (برای توصیف کوتاهی از این سبک‌ها به شکل ۰.۱ نگاه کنید). از اصطلاحات به‌کاربرده شده در DMM پیداست که گروه‌های بالاتر به مراتب از نظر عملکردی ناکارآمدتر هستند؛ این دسته معرف افرادی هستند که دارای مشکلات روانی و روابط بین فردی و اجتماعی حاد هستند. این فرایند به‌ویژه زمانی قدرتمند می‌شود که «پایگاه امن» افراد همان فردی/والدی باشد که آن‌ها با او در کودکی زندگی کرده‌اند یا اینکه این پایگاه فرد دیگری با سبک شخصیتی مشابه فرد باشد.

به‌طور خلاصه، فصل مشترک این دو نظریه اعتقاد به این دیدگاه است که شخصیت ما به میزان زیاد (اما نه به‌طور کامل، چراکه وراثت هم نقش مهمی ایفا می‌کند) بر اساس تجارب بین فردی اولیه‌مان شکل می‌گیرد. «دنیای ابژه درونی» ما (همان‌طور که در نظریه روابط ابژه توضیح داده شد) یا «الگوی کارکرد درونی دنیای» ما (همان‌طور که در نظریه دلبستگی نشان داده شد) می‌توانند تأثیر به‌سزایی بر روی روابط بین فردی، روابط صمیمی و روابط عاطفی‌مان در بزرگسالی داشته باشند، مخصوصاً در جایی که رابطه‌مان با مقداری نزدیکی یا وابستگی همراه باشد (این موضوع حتی شامل زمانی می‌شود که تعاملات ما به زندگی حرفه‌ای‌مان محدود است). این تأثیرات قدرتمند سپس بر روی سبک‌ها و مهارت‌هایی که با آن‌ها فرزندان خود را بزرگ می‌کنیم تأثیر می‌گذارند.

نظریه دلبستگی ریشه در تعاملات واقعی با «پایگاه امن» دارد و بنابراین گرایش دارد تا در روابط واقعی با افراد به جای بررسی تأثیر راهبردهای بقا بر «الگوی کارکرد درونی دنیا» متمرکز شود؛ با این حال، الگوهای دلبستگی در خانواده‌ها مورد مطالعه قرار گرفته است (نگاه کنید به دالس در فارنفیلد و هولمز ۲۰۱۴).

با این حال، راهبردهای درونی شده بقا در زندگی روزمره و در تعاملات بین فردی

به کار گرفته می‌شود و بستر تمامی روابط را شکل می‌دهد (مخصوصاً آن دسته از روابط که احساسی‌تر و صمیمی‌تر هستند). فردی با سبک دلبستگی ب‌قادر است به طرز موفقیت‌آمیزی با استفاده از راهبردهای بین فردی به تلفیق شناخت، خاطرات احساسی و راهبردهای بقای خود بپردازد. چنین افرادی روابطی پایدار بر اساس اعتماد و حس امنیت دارند چراکه قادرند اطلاعات خود را هم بر اساس شناخت و هم بر اساس خاطرات احساسی خود به‌کارگیرند.

افرادی با سبک دلبستگی الف یا ج در ایجاد روابط پایدار و قابل‌اعتماد مشکل دارند (با این حال بعضی از آن‌ها قادر به برقراری این روابط هستند). تقریباً ۵۰ درصد جمعیت افراد به طبقات ناایمن دلبستگی تعلق دارند (هووی و همکاران، ۱۹۹۹) با وجود این، افرادی که در قسمت انتهایی پایین طیف DMM قرار دارند (الف ۱-۲ و ج ۱-۲) می‌توانند به‌طور قابل‌قبولی رفتار کنند و «عادی» تلقی می‌شوند. افرادی که در قسمت انتهایی بالای طیف قرار دارند، عملکردشان به مقادیر مختلف از نظر روانی، احساسی و اجتماعی ناکارآمد است.

ذهن‌خوانی از مفاهیمی است که با دلبستگی در ارتباط است و مبنای نظری، تجربی و بالینی قدرتمندی دارد و در بیست سال گذشته مورد توجه چشمگیری قرار گرفته است. ذهن‌خوانی یا عملکرد تأملی توانایی قراردادن فرد در جای خود و دیگری است و در مراحل اولیه کودکی شکل می‌گیرد و در آن شرایط، فرد قادر است حالات و نیازهای روانی خود و حالات روانی موردنظر دیگران را دریابد و با این کار به رشد احساسی و ثبات روابط خود کمک کند. ناتوانی در رشد کافی این توانایی در اوایل کودکی، یا بازگشت به این حالت ناکارآمد به هنگام فشار روانی، منجر به این می‌شود که فرد حالات روانی دیگران را به‌طور دقیق متوجه نشود (لوتین و فوناگی در هولمز و فارنیلد، ۲۰۱۴). ناتوانی در ذهن‌خوانی به موضع اسکیزوئید-پارانوئید کلاین (همان‌طور که در این کتاب توضیح داده شده است) شباهت دارد یا نوعی تغییر جهت به سمت سبک‌های دلبستگی بالاتر است که در DMM مشخص شده است.

در فصل سوم این کتاب به توضیح این مطلب می‌پردازم که چگونه روابط ابژه درونی شده می‌توانند هم در انتقال رویکرد روان‌تحلیلی و هم بر روی صحنه روان-نمایشی بیرونی شوند. در صحنه‌های روان‌نمایشی و در توالی صحنه‌ها، تعاملات از

رویدادهای کنونی به رویدادهای کودکی در زمان گذشته برمی‌گردند. در نظریهٔ دلبستگی، این تعاملاتِ درمان‌بخش فرایند عینی‌سازی روشنی را نشان می‌دهند که از روابط متقابل اولیه نشئت می‌گیرند؛ در این فرایندها راهبردهای دلبستگی در ابتدای کودکی شکل می‌گیرند و در نتیجه امکان فهم چگونگی روابط اینجا و اکنون را در بزرگسالی فراهم می‌سازند.

نتیجه‌گیری

کتاب حاضر (با استفاده از نظریهٔ روابط ابژه) به این موضوع می‌پردازد که چگونه دنیای ابژهٔ درونی افراد از طریق روابط بین فردی و موقعیت‌های شغلی (برای مثال، موقعیت‌های آموزشی و مراقبت‌های اجتماعی) بیرونی‌سازی می‌شود و در مواجههٔ درمانی، چه به صورت روان‌نمایشی، چه بر روی تخت روان‌تحلیلی و چه در موقعیت تحلیل گروهی، این کار چگونه صورت می‌گیرد.

نظریهٔ روابط ابژه و نظریهٔ دلبستگی هر دو به فرایند یکپارچه‌سازی روانی در طول زمان می‌پردازند؛ این فرایند (اگر موفقیت‌آمیز باشد) به برقراری روابطی واقع‌گرا، امن و قابل‌اعتماد با دیگران می‌انجامد. هر دو دیدگاه معتقدند که کمبود این یکپارچه‌سازی در افراد به روابطی مشکل‌دار و گاهی به اختلالات روانی منجر می‌شود.

نمایش‌هایی که در این کتاب آمده است (چه در زندگی روزمره باشد و چه در موقعیت درمانی) از دیدگاه نظریهٔ روابط ابژه مورد بررسی قرار می‌گیرد، با این حال، این نمایش‌های بین فردی می‌توانند به‌عنوان شخصی در نظر گرفته شوند که راهبردهای دلبستگی ابتدایی را در زندگی روزمره به کار می‌گیرد (بیم و موریسون ۲۰۱۱، بیم ۲۰۱۴).

سال‌ها در نظر داشتم تا نسخهٔ جدیدی از این کتاب را با اضافه کردن نظریات ارزشمند جدید به رشتهٔ تحریر درآورم. چاپ نسخهٔ اصلی این موضوع را منتفی می‌کند. با وجود این، به خواننده پیشنهاد می‌کنم تمامی موضوعات بالینی مطرح‌شده در بالا را مطالعه کند.

فصل ۱

مقدمه

نظریه‌های روان‌نمایشی و روان‌تحلیلی

گروه

جورج دیر به جلسه رسید و درحالی‌که صورتش سرخ شده بود و نفس‌نفس می‌زد وارد جلسه شد. قرار بود که جلسه تا دقایقی دیگر شروع شود. تلما یک فنجان قهوه به او داد و جورج پذیرفت و از او تشکر کرد.

جوئیس گفت «احتمالاً برای مراسم خاکسپاری خودت هم دیر می‌رسی اما حداقل این هفته برای شروع جلسه به‌موقع رسیدی»

مگی حرفش را قطع کرد و گفت «راحتش بنذار، اون تمام تلاشش رو می‌کنه که به‌موقع برسه.»

«خب شاید بیشتر باید تلاش کنه چون من خوشم نمیاد کسی بعد از شروع شدن جلسه برسه.»

بقیه افراد گروه نظاره‌گر این اتفاق بودند. بحث‌های این چنینی در شروع جلسات تقریباً عادی بود.

پُل، رهبر گروه که در دفترش با همکار مددکار اجتماعی خود، تام، درباره موضوعی بی‌ارتباط با گروه روان‌نمایشی وارد بحثی داغ شده بود به اتاق قهوه‌خوری آمد.

پُل پیشنهاد کرد که همگی آن‌ها به سمت «صحنه نمایش» در بزرگترین اتاق خانه‌ای بروند که متعلق به دوره ویکتوریا بود. کلینیک پُل هم در آنجا بود. خیلی زود

افراد فنجان‌های قهوه را سرکشیدند و گروه به سمت راه‌پله‌ها حرکت کرد. دبی به سرعت به سمت سرویس بهداشتی رفت چون می‌دانست که جلسه عصر طول خواهد کشید.

افراد این گروه به مدت هشت ماه بود که هر هفته یکدیگر را ملاقات می‌کردند. آن‌ها به دلایلی مختلف به هم ملحق شده بودند. جوینس که زنی میان‌سال و جذاب بود بعد از به هم خوردن یکی دیگر از روابطش دچار افسردگی شد و بعد از اینکه کمی مسن‌تر شد با این واقعیت کنار آمد که دیگر هیچ‌وقت نمی‌تواند مادر شود. پزشک خانواده‌اش درمان گروهی را پیشنهاد کرد. ژوان از طریق یکی از دوستانش با رویکرد روان‌نمایشی آشنا شد. دیوید که وکیلی موفق بود، به دلیل اینکه می‌خواست بر روی مشکلات ایجادشده در روابط نزدیک افراد کار کند به گروه پیوست. از طرفی دیگر، دبی برای اینکه با رویکرد روان‌نمایشی بیشتر آشنا شود به گروه پیوست. فرزندانش بزرگ می‌شدند و کم‌کم در حال ترک خانه بودند و به این خاطر او به فکرش رسید تا یک روان‌نمایشگر شود. تمامی اعضای گروه آرزو داشتند تا وضع زندگی‌شان با پیوستن به این گروه بهبود یابد، اما همه مسیر روشنی پیش روی خود نمی‌دیدند.

این گروه «نیمه‌باز» بود و اعضای آن توافق کردند تا برای یک دوره دوازده جلسه‌ای کنار هم جمع شوند. اعضای جدید در ابتدای دوره به گروه می‌پیوستند. در ابتدا تعداد اعضای گروه ده نفر بود اما ژوی که مردی جوان، مضطرب و بی‌کار بود بعد از سه جلسه گروه را ترک کرد: «رویکرد روان‌نمایشی به درد من نمی‌خورد و مرا می‌ترساند.» جین که والدی تنها بود بعد از اولین دوره گروه را ترک کرد چون در پیدا کردن پرستار بچه برای کودکان خود به مشکل برخورد کرده بود. در یک دوره، تعداد اعضای گروه به هشت نفر رسید و در ابتدای دوره سوم جورج به آن‌ها پیوست. او می‌خواست بر روی مشکلاتی که در محل کار و ازدواجش داشت کار کند. هرازگاهی باعث عصبانیت اعضای دیگر گروه می‌شد و دیر رسیدنش تأثیری قابل توجه بر بویش‌های گروه گذاشت.

اعضای گروه به دور «صحنه نمایش» نشستند، اتاقی آرام با بالش‌های زیاد.

صندلی‌ها پیش از شروع جلسه برداشته شده بودند اما تعدادی از اسباب‌بازی‌ها که به کار پُل به‌عنوان روان‌پزشک کودکان مربوط می‌شد بر روی زمین باقی مانده بود. درحالی‌که همه منتظر بودند تا دبی از سرویس بهداشتی بیرون بیاید بین اعضا بحثی شکل گرفت که در آن از تلما خواسته شد تا توضیح دهد بعد از آخرین جلسه روان‌نمایشی، هفته خود را چگونه گذرانده است. دبی رسید و پُل به گروه نگاهی انداخت. پُل از جو ساکتی که اتاق را در بر گرفته بود باخبر بود. درست بعد از بحثی که با تام داشت این فضا با مزاحش سازگار بود. اعضای گروه خسته بودند، عصرها کوتاه‌تر می‌شدند و هوای بیرون خیلی بد بود. اعضای گروه انرژی نداشتند و هیچ‌کدام علاقه‌ای به «کارکردن» نشان نمی‌دادند. خود پُل هم خسته بود و موضوع مبتکرانه‌ای به ذهنش نمی‌رسید (چراکه هفته طولانی و پرکاری را گذرانده بود). پُل متوجه شد که هیچ‌کس حاضر نیست نقش شخصیت اول را برای این عصر ایفا کند.

برای انجام کار نیاز به انرژی بیشتری بود بنابراین پُل تصمیم گرفت اعضای گروه یک شروع بازیگوشانه داشته باشند. او از اعضای گروه خواست تا به یک اسباب‌بازی در کودکی‌شان فکر کنند و دور اتاق بچرخند و نقش همان اسباب‌بازی را بازی کنند. تلما بلافاصله شستش را مکید و خودش را شل و ول کرد. پیتر دور اتاق می‌چرخید و درحالی‌که دست‌هایش را به شکل میله متحرک قطار درآورده بود صدای سوت قطار را تقلید می‌کرد.

دبی دور اتاق می‌گشت و می‌گفت «من ببری هستم! من ببری هستم!» تا آن لحظه دیوید و جورج به آن‌ها ملحق نشده و گوشه‌ای نشسته بودند. پُل از «اسباب‌بازی‌ها» خواست تا با هم ارتباط برقرار کنند و در آن لحظه ببری به سمت دو مرد دیگر رفت و آن‌ها را به آرامی هل داد. سپس دیوید یک ماشین اسباب‌بازی شد و به دور اتاق چرخید و درحالی‌که بوق می‌زد و ناگهان ترمز می‌گرفت نزدیک بود «تصادف‌هایی» هم با اسباب‌بازی‌های دیگر داشته باشد. جورج بی‌حرکت و مضطرب بود اما کم‌کم شروع کرد و به روی پاشنه‌اش راه رفت. پُل متوجه شد که جورج در این لحظه نقش یک اسباب‌بازی را بازی کرد. بعد از چند دقیقه تمامی اعضای گروه سرزنده‌تر شدند؛ وقتی‌که اسباب‌بازی‌ها با هم تعامل کردند و جان‌بخشی به

اسباب‌بازی‌ها بیشتر و راحت‌تر شد صدای خنده سراسر اتاق را گرفت.

پُل گفت «بباید تمامش کنیم»

اعضای گروه دورهم به شکل دایره نشستند.

«کسی دوست داره درباره اسباب‌بازی‌اش چیزی بگه؟»

دبی شروع کرد «بله من ببری از مجموعه وینی خرسه بودم. وقتی چهار ساله بودم

پدر و مادرم اونو به من دادن. هنوز دارمش ولی دیگه خیلی داغون شده»

تلما گفت «من یک عروسک کهنه بودم که موقع بچگی وقت خواب پیشم بود.

نمی‌دونم چی به سرش اومد. فکر می‌کنم وقتی خیلی کتیف شد مادرم از خونه

انداختش بیرون.»

تک تک اعضا چیزی درباره عروسک‌هایشان گفتند و سؤالاتی هم پرسیدند:

«دلت برای عروسکت تنگ شده؟» و جواب این بود که:

«آره، به خاطر همین من از عروسک‌های بچه‌هام بیشتر مراقبت می‌کنم.»

حتی جورج هم که هنوز ساکت و مضطرب بود کمی درباره سرباز چوبی خود

صحبت کرد: «با لباس شیک قرمزش خیلی محکم و باصلابت به نظر می‌رسید.»

«خب، کسی دوست داره درباره اسباب‌بازی و خاطراتی که در شما زنده کرد

حرفی بزنه؟»

کسی پاسخ نداد. این برای یک روان‌نمایشگر یک کابوس است. جلسه‌ای که در آن

کسی حاضر و آماده نیست که شخصیت اول نمایش شود.

جهان بیرون در درون و دنیای درون در بیرون

این عبارات که عنوان اولیه اما طولانی این کتاب بودند دربرگیرنده مفاهیمی هستند که

من در فصل‌های آینده ارائه می‌کنم. مدل روان‌تحلیلگری نظریه روابط ابژه به توصیف

این موضوع می‌پردازد که چطور دنیای درون افراد از جهان بیرون تأثیر می‌پذیرد؛ از

طرف دیگر، یک جلسه روان‌نمایشی به‌تنهایی نشان می‌دهد که چگونه این دنیای

درونی می‌تواند هم در زندگی و هم در روان‌درمانی بیرونی‌سازی شود.