

مشاوره با کودکان مشکل‌دار

آموزش عملی براساس سرگذشت‌های واقعی

تألیف

جین مارکس

ترجمه

سینا روحانی

ویرایش

فرهاد منصف





فهرست

۱۶۱.....	بیماری در خانواده	۴.....	مقدمه مؤلف
۱۶۱.....	«سرگذشت کریستینا»	۷.....	مقدمه ویراستار
۱۶۷.....	«سرگذشت نینا»	۱۱.....	فرزندخواندگی و خانواده‌های آمیخته
۱۷۲.....	«سرگذشت شارلوت»	۱۱.....	«سرگذشت جودی»
۱۷۸.....	«سرگذشت امیلی»	۱۷.....	«سرگذشت سوزان»
۱۸۵.....	بلا تکلیفی (دو راهی) والدین	۲۲.....	«سرگذشت نانسی»
۱۸۵.....	«سرگذشت نیل»	۲۸.....	«سرگذشت اریکا»
۱۹۱.....	«سرگذشت ژولی»	۳۵.....	مرگ، مردن و عزاداری
۱۹۸.....	«سرگذشت الیسا»	۳۵.....	«سرگذشت لیندا»
۲۰۵.....	تفاوت‌های جسمانی	۴۱.....	«سرگذشت میا»
۲۰۵.....	«سرگذشت آنتونیو»	۴۸.....	«سرگذشت لیندا»
۲۱۰.....	«سرگذشت بتی»	۵۳.....	«سرگذشت مارگو»
۲۱۷.....	مشکلات مدرسه	۵۸.....	«سرگذشت درین»
۲۱۷.....	«سرگذشت پیتر»	۶۴.....	«سرگذشت کارول»
۲۲۳.....	«سرگذشت جینا»	۷۱.....	وظایف رشدی
۲۳۰.....	«سرگذشت جوانا»	۷۱.....	«سرگذشت ساندی»
۲۳۶.....	دردسرای بین فرزندان	۷۶.....	«سرگذشت مارا»
۲۳۶.....	«سرگذشت نانسی»	۸۳.....	رفتار دشوار
۲۴۱.....	«سرگذشت جسیکا»	۸۳.....	«سرگذشت ابی»
۲۴۷.....	آشفته‌گی‌های خواب	۸۹.....	«سرگذشت سینتیا»
۲۴۷.....	«سرگذشت راشل»	۹۵.....	«سرگذشت مارگو»
۲۵۳.....	«سرگذشت امیلی»	۱۰۰.....	«سرگذشت جوانا»
۲۵۹.....	سازگاری اجتماعی	۱۰۶.....	«سرگذشت سوزان»
۲۵۹.....	«سرگذشت تینا»	۱۱۳.....	طلاق و جدایی
۲۶۴.....	«سرگذشت نانسی»	۱۱۳.....	«سرگذشت دیانا»
۲۷۰.....	«سرگذشت آدرین»	۱۱۸.....	«سرگذشت لیندا»
۲۷۷.....	سوء استفاده از مواد	۱۲۳.....	«سرگذشت لورا»
۲۷۷.....	«سرگذشت الیسا»	۱۳۰.....	«سرگذشت میترا»
۲۸۳.....	«سرگذشت الیسون»	۱۳۷.....	مشکلات غذا خوردن
۲۸۸.....	«سرگذشت دان»	۱۳۷.....	«سرگذشت امیلی»
۲۹۴.....	خشونت و جرم	۱۴۲.....	«سرگذشت آنت»
۲۹۴.....	«سرگذشت کلودیا»	۱۴۹.....	ترس‌ها و خیال‌بافی‌ها
۲۹۹.....	«سرگذشت روبین»	۱۴۹.....	«سرگذشت جین»
		۱۵۵.....	«سرگذشت رنا»



مقدمه مؤلف

که در دام اعتیاد می‌افتد،
 * ناتوانی ناگهانی یک کودک در راه رفتن بدون
 دلیل پزشکی،
 * پسر کوچکی که خجالتی است و دوستی ندارد،
 * درخواست‌های ترس‌آور یک نوجوان برای طلب
 کمک،
 * دختری که اصرار دارد: معلم از من متنفر است
 «آیا راست می‌گویید؟»
 * افسردگی پسر جوانی که به نظر نوعی ناتوانی
 یادگیری است،
 * کودک پیش دبستانی که ناگهان نمی‌تواند یا
 نمی‌خواهد راه برود،
 * دختر نوجوان سیزده ساله‌ای که مرض قند دارد و
 در مقابل مادرش و نیز مراقبت‌های حیاتی خود
 ایستادگی می‌کند،
 * دختری دوست‌داشتنی که همبازی تازه‌اش خیالی
 و به طرزی وحشیانه پرخاشگر است،
 * کودک هفت ساله‌ای که مدام شب ادراری دارد،
 * کودک هشت ساله‌ای که از به خواب رفتن
 وحشت دارد،
 * دختر کوچکی که خودخواه و بی‌ادب است و
 بدون دوست مانده است،
 * دختر کمال‌طلبی که هرگز از نمره‌هایی که می‌گیرد
 و از خودش راضی نیست (با وجود اطمینانی که
 والدینش به او می‌دهند)،
 * کودک شروری که می‌خواهد با خطرهای واقعی
 مواجه شود،

این کتاب سرگذشت مشکلات خانوادگی است،
 مشکلاتی که حتی بهترین خانواده‌ها با آن رو به رو
 می‌شوند یا ممکن است در هر لحظه با آن مواجه
 گردند. همه والدین در این سرگذشت‌ها انسان‌های
 خوبی هستند، آن‌ها نه بد هستند و نه شرور؛ آدم‌های
 باهوش، حساس و با فکری که دیگران برایشان مهم
 هستند، کسانی که سعی می‌کنند رفتارها و راه
 کارهای درست را در موقعیت‌های پیش آمده به کار
 ببرند، زیرا چاره‌های قبلی یا راه حل‌های منطقی و
 ساده خودشان برای رفع مشکل جواب نداده است.
 بعضی از سرگذشت‌ها در مورد رفتارهای غیر
 متعارف، معماگونه، ناراحت‌کننده و یا ترسناک
 بچه‌ها است.

مثلاً:

* کج خلقی مداوم دختر کوچک،
 * شخصی که اجباراً می‌خورد و می‌خورد... و پسر
 لاغر و نحیف سه ساله‌ای که غذا نمی‌خورد مگر
 این که والدینش تا آخرین لحظه هوس‌هایش را
 برآورده کنند،
 * دختر بامزه‌ای که ناگهان بدجنس و متخاصم
 می‌شود،
 * دختر بچه‌ای که به خودش اجازه می‌دهد تحت
 فرمان یک دوست موزی دردرساز بیافتد،
 * کودکی که به والدینش واکنش نشان نمی‌دهد،
 * پسر بچه شادی که ناگهان از رفتن به مدرسه
 امتناع می‌کند و بر آن اصرار می‌ورزد،
 * نوجوان خوب چهارده ساله‌ای از خانواده متوسط

می‌پاشند،
 * طلاق، می‌شود یا نمی‌شود؟
 * پا سوز شدن یک مادر پر احساس که خودش را وقف کودکانش کرده،
 * معمای پدری صمیمی با همه رفتارهای مشخص و روشن که مورد تنفر یکی از فرزندان است،
 * دو برادر که قبلاً روابط خوبی داشتند ولی حالا نمی‌توانند با هم کنار بیایند،

سرگذشت‌های دیگری که مربوط به وقایع ناراحت‌کننده و غم‌انگیز است (و عواقب بعدی آنها) که حتی دوست‌داشتنی‌ترین والدین و آنهایی که مراقب فرزندان‌شان هستند نمی‌توانند پیش‌بینی کرده و از وقوع آنها جلوگیری کنند.

این سرگذشت‌ها شامل موارد زیر است:
 * قربانی شدن پنهانی یک پسر،
 * مرگ نوزاد و عکس‌العمل معماگونه خواهر چهارساله‌اش،

* تجاوز به دختر دوازده ساله،
 * افسردگی پدر و در نتیجه خودکشی او،
 * زندگی با یک نقص جسمی مادرزادی که باعث وحشت می‌شود،

* عکس‌العمل دختری کوچک نسبت به مرگ دائی خود از بیماری ایدز،
 * مرگ تصادفی یک برادر که به دنبال آن برادر دیگر، خودش را سرزنش می‌کند،

* خوشبختی یک خانواده در نتیجه مصیبت وارده به خانواده دیگر،

هر سرگذشت، از زبان دو نفر گفته شده، اول والدی که مشکل را توضیح می‌دهد، مشکلی که بسیار پیچیده شده به طوری که از حد فکری‌شان بالاتر می‌رود، در ابتدا ممکن است به نظر برسد که مشکل، حل شده یا دارد حل می‌شود ولی چند روز

* پسر بچه کوچکی که هیچ وقت راضی نیست،
 * کودکی که از بیوست مزمن و دردناک رنج می‌برد (آیا او عمداً خودش را نگه می‌دارد؟)،

* کودک شش ساله با مزه‌ای که به طرز عجیب و غریبی بی‌ادب شده،

* پسر بچه‌ای که در مدرسه و در خانه از کنترل خارج شده،

* کودک ده ساله صادقی که در چند مورد دزدی گرفتار شده،

داستان‌های دیگری که روی هم‌رفته به مسائل غیر مترقبه داخل خانواده مربوط می‌شوند مثل:

* ازدواج مجدد و مشکلات آن،
 * خانواده مختلط و مشکلات آن،

* پذیرش یک بچه نه ساله (به فرزند خواندگی)،
 * خیلی مشکل‌تر از آنچه به نظر می‌آمد،

* پریشانی یک مادر وقتی که بچه‌های کوچک به جای در آغوش گرفتن پدر در حال مرگ، از او دوری می‌کنند،

* مادر بزرگ مورد علاقه‌ای که برای زندگی به خانه عروس و پسر خود می‌آید (سردرگمی و گناه ایجاد می‌کند)،

* بحران میان‌سالی زندگی یک مادر و مشکلات مشروب‌خواری،

* کودکی با ناتوانی ناچیز که همه خانواده را به هم ریخته،

* ترس بیش از اندازه مادر از آزاد گذاشتن کودکان که مربوط به گذشته پر مشکل خودش است،

* پدر الکلی که مشروب را ترک می‌کند اما مشکلات خانه بدتر از قبل می‌شود،

* سو استفاده جنسی در خانواده،

* بیکاری و خجالت یک پدر و درک نادرست بچه‌ها،

* بهبود یک کودک از بیماری سرطان، خانواده‌ای که راحت شدند ولی به نظر می‌رسد دارند از هم

بعد معلوم می‌شود که واقعاً خارج از کنترل است. اینجاست که نفر دوم یعنی مشاور وارد می‌شود. مشاور ممکن است روان‌پزشک، روان‌شناس، مشاور اجتماعی یا یک معلم باشد. بعضی از این مشاورین در یک نوع مشکل رفتاری خاص متخصص هستند و از آنها خواسته می‌شود که مشکل را حل کنند. در این سرگذشت، همه‌ی انسان‌ها، انسان‌های والایی هستند، آدم‌هایی که در دسترس بوده و زیرک، باهوش، با محبت و مؤثر هستند. علت نگارش این کتاب و انتخاب این روش به دلیل آن است که ما معتقدیم آگاهی نسبت به مشکلات دیگر خانواده‌ها می‌تواند دیدگاه‌های بسیار

وسیع‌تری به ما بدهد تا بدین وسیله بتوانیم مشکلات خودمان را حل کنیم، حتی اگر جزئیات وقایع متفاوت باشد. معتقدیم وقتی بحرانی رخ می‌دهد خانواده جهش یافته و می‌تواند مشکل را حل کند. امیدواریم خواندن این سرگذشت‌ها و راه‌حل‌های ارائه شده بینش شما را عمیق نموده، راهبردهای شما برای برخورد با مشکلات را وسعت بخشد و به شما اطمینان دهد که حتی سخت‌ترین وضعیت‌ها و مشکلات نیز می‌تواند موجب تغییرات خوبی شده، به درمان بیانجامد و سرانجام سبب رشد شما گردد.

جین مارکس



مقدمه ویراستار

مشکلات متعدد درگیر با خانواده‌ها و آشنایی با جواب‌های فنی مشاور، درس‌های خوبی از ساخت، بافت و نتایج سرگذشت‌های کتاب می‌آموزد که هدف و رهاورد کتاب نیز به دست آوردن چنین بینش و روشن‌اندیشی از سرگذشت‌های واقعی برای خواننده‌ی کنجکاو است. خواننده درحین خواندن مکالمات اعضای خانواده و یا بعد از جواب فنی مشاور متوجه شیوه‌های غلط ارتباطی اعم از کلامی و غیر کلامی و نیز شیوه‌های ناصحیح آموزشی و تربیتی مادر و پدر می‌شود و این شیوه‌ها را با پاسخ فنی مشاور مقایسه کرده سپس ارزیابی و نتیجه‌گیری می‌کند.

خواننده در حین و پس از پایان مطالعه کتاب به خوبی در می‌یابد که به جز چند استثناء، همه درخواست‌کنندگان مشاوره جهت دریافت کمک و درمان، خانم‌ها بودند و به جرأت می‌توان گفت اگر نقش تأثیرگذار و هوشمندانه‌ی خانم‌ها در مراجعه به موقع جهت دریافت خدمات مشاوره نبود، مشکل کودک یا حل نمی‌شد و به صورت عامل مستعد کننده در وجود او باقی می‌ماند و یا مدت‌ها طول می‌کشید تا پدر خانواده به فکر درمان روان‌شناختی می‌رسید. بنابر این باید تأکید و اعلام کرد که نقش پیشرونده و سازنده خانم‌ها در مراجعه به مشاورین و روان‌شناسان در همه کشورها وجود دارد و این به دلیل فهم و شناخت بالا و دلسوزانه این طبقه مهم و رو به آینده اجتماع است.

خواننده در طول مطالعه کتاب درمی‌یابد که ساختار، محتوا و حال و هوای متن اعم از

در چند دهه گذشته همزمان با افزایش دانش و آگاهی عمومی در درباره شیوه‌های صحیح و علمی تربیت و آموزش کودکان و نوجوانان، کتاب‌های متعدد و متنوعی نیز به صورت تألیف و ترجمه در این زمینه منتشر شده که جوابگوی نیازهای روز افزون خانواده‌ها، مربیان و خوانندگان مشتاق در زمینه موضوعات تربیتی بوده است. با وجود این به جرأت می‌توان گفت جای خالی کتاب‌هایی که مشکلات تربیتی و رفتاری و در کنار آن راه حل‌های فنی مشاور و روان‌شناس، همزمان و همراه با هم مطرح شده باشد همچنان در بازار کتاب ایران خالی است.

کتاب حاضر اثر خانم جین مارکس از نویسندگان با سابقه و مشهور آمریکاست که برای تألیف آن تعدادی از پرونده‌های مراجعین به دفترهای روان‌شناسان و مشاوران را گردآوری و خلاصه‌نویسی کرده و با قلمی ساده در اختیار خواننده علاقمند به موضوعات رفتاری و تربیتی قرار داده است.

از مزیت‌های کتاب‌های تربیتی که با این شیوه نوشته می‌شود آن است که خواننده با والدین و اعضای خانواده‌هایی که به عنوان مراجع به دفتر مشاور مراجعه کرده‌اند به یک نوع احساس مشترک و یا تجربه درد و رنج مشترک می‌رسد که نفس این تجربه نوعی درمان عاطفی و روان‌شناختی برای خواننده‌ای است که مشکلی مشابه اعضای خانواده کتاب دارد. همچنین در این کتاب خواننده علاوه بر به دست آوردن بینش وسیع از موضوعات و

سرگذشت‌ها و راهکارهای مشاوران بر اساس واقعیت‌اندیشی و واقعیت‌پذیری است نه هاله‌ای از توهم، پندار و خودفریبی و یا معجونی از واقعیت و خیال که اساساً زائیده‌ی ذهن‌های بیمار، خودنگر و دگرگیز است! آدم‌های کتاب خودشان را با واقعیت زندگی همساز کرده اند نه آن که دنیا را همانند خیال و پندار خودشان تفسیر و معنی کنند. در واقع جای زندگی در واقعیت است نه در پیله‌ای از خودجوشی‌های ذهنی و پندار ساخته‌ها و تصورات فردی.

هیچ کدام از شخصیت‌های کتاب، درمان کودک را به بخت، اقبال و شانس واگذار نکرده‌اند. آنها نه منتظر معجزه هستند و نه راه‌حل و درمان را در آینده موهوم ذهنی جستجو کرده و نقد حال را به امید فردای نیامده از دست می‌دهند. شاخص‌های برخورد مشاورین با مشکل پیش آمده بر اساس پذیرش واقعیت، تحصیل اطلاعات از بخش‌های متعدد زندگی مراجع، اندازه‌ها، تعیین‌ها و مقدارهاست. در واقع می‌توان گفت یکی از تفاوت‌های ذهن واقع بین و ذهن خیال‌اندیش و کج‌مدار در همین جا نمایان می‌شود.

به قول مولوی:

نیست وش باشد خیال اندر روان

توجهانی بر خیالی بین روان

لازم است خواننده‌ی محترم پیش از مطالعه کتاب به موارد و نکات ذیل توجه و دقت کافی مبذول کند تا در پایان به نتایج کتاب و نیز اهداف مورد نظر مؤلف و ویراستار دست یابد.

۱. به دلیل رعایت اصل امانت‌داری، جملات و کلماتی که به صورت زبان محاوره‌ای و عامیانه نوشته شده، به همان صورت ترجمه و

ویراستاری شد.

۲. به خوانندگان روان‌شناس و متخصص کتاب پیشنهاد می‌شود قبل از آشنایی با جواب مشاور، خودشان نوع درمان مشاور را حدس بزنند و این که اگر به جای مشاور بودند چه درمان و راهکاری را توصیه می‌کردند.

۳. خواننده هوشمند البته تصور نخواهد کرد اگر مشکلی مشابه مشکل سرگذشت کتاب دارد جواب فنی مشاور را می‌توان برای درمان مشکل خود (خواننده) به کار بست. در واقع مشکلات رفتاری و تربیتی پیچیده‌تر و ناشناخته‌تر از آن هستند که بتوان قاعده ریاضی دو دو تا چهارتا را در مورد آنها تصور کرد.

نظر ویراستار از حال و هوا و محتوای سرگذشت‌های واقعی کتاب این است که تمام مشکلات خانوادگی و درمان‌های روان‌شناختی مربوط به خانواده را می‌توان در نظریه سیستمی خانواده در نظر گرفت با این اصل که خانواده به عنوان اولین نهاد اجتماعی متشکل از یک نظام یا مجموعه است به گونه‌ای که همه عوامل و اجزاء تشکیل‌دهنده این سیستم (خانواده) متصل به هم و در ارتباط با یکدیگر هستند و اختلال در یکی از کارکردها و وظایف سیستم موجب اختلال و بی‌نظمی در سایر اجزاء سیستم می‌شود. در واقع در بسیاری از درمان‌های روان‌شناختی خانواده که مبنای آن درمان سیستمی است همه اعضای خانواده در روند درمان یا مشاوره شرکت می‌کنند و تحت نظر روان‌شناس و مشاور، مشکل پیش آمده عضو (فرد) سیستم بررسی و درمان می‌شود. بدیهی است در چنین رویکردی اعضای خانواده خود را مبرا از حضور در دفتر مشاور نمی‌بینند، زیرا مشکل پیش آمده مربوط به همه‌ی آنهاست و درصورت

مشارکت نکردن در روند مشورتی، درمان به موقع و به جای عضو مشکل دار سیستم صورت نخواهد گرفت. مثل داستان می بارگی راجر در داستان الیسون. به دیگر عبارت می توان گفت مسائل و پدیده های خانوادگی را می توان در یک مجموعه یا منظومه که به صورت زنجیروار به همدیگر متصل هستند قرارداد، به گونه ای که فقدان یا حذف یکی از این حلقه ها موجب به هم خوردن تعادل و عملکرد صحیح سایر حلقه ها خواهد شد.

خواننده در حین مطالعه کتاب در می یابد که دوره نظرات غیر کارشناسانه و غیر علمی افراد غیر مشاور مثل پیشنهاد پرستار در داستان راشل مبنی بر حبس کردن کودک در اتاق بسته به منظور تنبیه کودک به سر آمده است، تنبیهی که می توانست منجر به فوبیا یا ترس مرضی از فضاها و مکان های بسته و تاریک شود و یا عامل زمینه سازی برای ظهور عوامل آشکارکننده پسین در کودک گردد. در واقع راه حل پرستار کودک در سرگذشت راشل، انسان را یاد درمان ها و معجون های کبری و صغری خانم های قدیم خودمان می اندازد که هم نظریه پرداز و هم درمانگر مشکلات پزشکی، روان شناختی و خانوادگی بودند. اما باید دانست دوره مشکل گشایان و سرکتاب بازکن های نخود و دانه به دست در عهد حاکمیت قلیان و قاطر بود نه عصر خرد و دانایی فردی. بنابر این ساده انگارانه است اگر بپذیریم هر غیر متخصصی می تواند راه حل درمانی برای مشکلات پیچیده تربیتی ارائه دهد. از این رو خواننده در مطالعه بعضی از سرگذشت ها به خوبی در می یابد که درمان روان شناختی به گونه ای است که مشاور در حین درمان، تاریخچه ی زندگی و همه جنبه های زندگی مراجع را می کاود، همه احتمالات را بررسی می کند و در بعضی درمان ها یک دلیل یا عامل واحد را علت اصلی نمی داند، مثل داستان کتی

و هیتز که پدر هیتز دارای احساسات و عواطف ناخوشایند ارضانده ای بود که موجب آزار جنسی دخترش می گردید، در واقع آزاری که علت آن تشنگی عاطفی و روانی پدر هیتز بود.

علت این امر آن است که هیچ یک از بخش ها و ابعاد روان شناختی که «شاکله» ما را می سازد جدا از هم نیستند، چه به صورت عرضی، چه بصورت طولی، یعنی چه برآمده از طول و بستر زمان و چه تشکیل شده از روابط قانونمند و ذاتی این بخش ها و ابعاد، مثل احساسات، هیجانات، افکار، عواطف و باورها. در واقع می توان گفت مشکلات رفتاری زائیده ی روابط علت و معلولی است که از مصدر و بستر حوادث زندگی و نیز ساختار وجودی انسان به طور کلی و نیز ساختار شخصیتی ویژه و فردی افراد حاصل می شود. از همین رو برای شکافتن و تحلیل این ابعاد و زوایا، درمان های سیستمی و کاملاً تخصصی به کار می رود. به عبارتی باید گفت روان درمانی و رفتار درمانی کوششی است هدفمند، علمی، منظم و مرحله به مرحله جهت جبران کمبودها، فقدان ها، ناکرده ها و اشتباهات تربیتی و آموزشی در دوران رشد روانی و اجتماعی.

در این جا لازم است توجه خواننده عزیز را به چند اصل مهم روان شناسی جلب کنم: در بحث های روان پزشکی و روان شناختی، بعضی از اختلالات رفتاری را محصول تعامل متقابل فرد با عوامل مستعدکننده و آشکارکننده اختلالات و بیماری های روانی می دانند. به این صورت که عوامل مستعدکننده که معمولاً در دوران کودکی و یا نوجوانی به وجود می آید همان عوامل آسیب رسان به شخصیت هستند که ممکن است مدت ها به صورت بالینی و نهفته در وجود کودک و نوجوان باقی بماند و به دنبال رویداد آشکارکننده یا آسیب رسان بعدی، آسیب روان شناختی

جبران ناپذیری به شخصیت کودک و بزرگسال بعدی وارد آورد. بنابر این در درمان‌های تخصصی، وظیفه مشاور شناخت این عامل مستعدکننده، درمان و حذف آن از حیطه ناخودآگاه، خودآگاه، حافظه، احساسات و عواطف کودک است به گونه‌ای که کودک بدون وجود عامل مستعدکننده در وجود خود که مثل چرک و عفونت مزاحم عمل می‌کند بتواند دیگر مراحل رشد خود را سپری کند. مثل سرگذشت کتی و سوء استفاده جنسی پدر از دختر خود. در این سرگذشت می‌توان تصور کرد اگر درمان به موقع روان‌شناختی به دنبال مشکل اتفاق افتاده صورت نمی‌گرفت چه اتفاقی برای کتی در بزرگسالی بوجود می‌آمد.

در این جا بایسته است نظر آقای اریک اریکسون که به عنوان بزرگترین نظریه پرداز مراحل رشد در سطح جهان شناخته شده ذکر شود. طبق نظر ایشان همه مراحل رشد انسان به همدیگر ارتباط و پیوستگی داشته و بر روی هم تأثیر می‌گذارند و هر مرحله از مراحل و دوره‌های قبلی خود متأثر و جدا ناشدنی است. طبق نظر ایشان بحران‌ها یا چالش‌های روانی - اجتماعی در جریان رشد انسان و مراحل زندگی امری طبیعی است، زیرا این چالش‌ها و بحران‌ها برخاسته از عوامل خواسته و ناخواسته اجتماعی و روان شناختی است، ولی موضوع مهم در این میان چگونگی کنار آمدن با بحران پیش آمده و عبور سالم و موفقیت‌آمیز از آن است و در این جاست که خدمات و کمک‌های فنی و روان شناختی مشاور از اهمیت زیادی برخوردار می‌شود. همچنین باید اضافه کرد طبق نظر آبراهام مزلو به عنوان بزرگترین روان شناس انسان‌گرای قرن گذشته، از آن جایی که مراحل رشد روانی و اجتماعی وابسته به یکدیگر هستند، توقف در

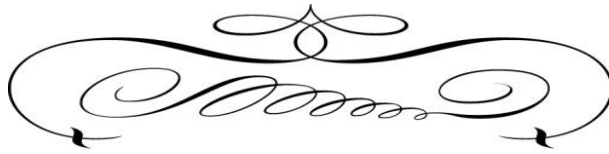
مراحل پایین رشد می‌تواند منجر به فوق آسیب‌ها در بزرگسالی شود. طبق نظر ایشان کاستی‌ها و بیماری‌های فلسفی، وجودی و معنوی به دلیل ناکام گذاشتن و بی‌اعتنایی به نیازهای اولیه‌ی رشد است که این ناکامی می‌تواند منجر به فوق آسیب‌ها در بزرگسالی شود. در واقع عدم رشد فضیلت‌ها و صفت‌های پسندیده در بزرگسالی می‌تواند ناشی از ناکام گذاشتن نیازهای اولیه‌ی کودکی باشد.

والدین محترم همچنین باید در نظر داشته باشند که ده‌ها نوع استرس یا فشار روانی که در کتاب‌های روان شناسی به آن‌ها اشاره می‌شود، در مورد کودکان عمدتاً و نه کاملاً، محدود به تعارض‌ها و استرس‌هایی است که به محیط خانه، مدرسه و مشکلات شخصیتی کودک مربوط می‌شود، لذا فراهم کردن محیط سالم و غنی در مدرسه و خانه و فراهم نمودن شرایط تربیتی و آموزشی مناسب می‌تواند کودک را از ابتلا به تعارض‌ها و کشمکش‌های روان‌شناختی محافظت کند.

امید است خواننده محترم از مطالعه کتاب استفاده ببرد و خطاهای سهوی آن را بر ویراستار ببخشد.

در پایان مقدمه لازم می‌دانم از دوست خوبم **آقای سینا روحانی** به خاطر ترجمه ساده و روان کتاب و نیز خانم نسیم صحرایی به خاطر زحماتی که در دوباره نویسی ترجمه کتاب انجام داده‌اند و نیز از تلاش صادقانه خانم فتحی در کار تایپ و غلط‌گیری کتاب صمیمانه تشکر و قدردانی کنم. توضیحات و نظر ویراستار در پاورگی‌ها با حرف «و» مشخص شده است.

فرهاد منصف



فرزندخواندگی و خانواده‌های آمیخته

ایزابل تا موقعی که با پدرش ازدواج کردم و حامله شدم از من فیلی فوشش می‌آمد.
هالا او از من متنفر است و نیل هم مرا سرزنش می‌کند و مسئول ناراحتی او می‌داند. آیا
هسارت یک دفتر بچه می‌تواند زندگی ما را به فطر بیاندازد؟

«سرگذشت جودی»

نفس در مورد تمام دوستانش، و ظاهر شصت پایش موقعی که ضربه خورده بود برایم تعریف کرد. وقتی برای غذا خوردن به رستوران رفتیم گفت که می‌خواهد پیش من بنشیند، نیل لبخندی زد و من احساس کردم فرد منتخب هستم؛ ما سه نفر چندین یک‌شنبه را با هم گذرانیدیم.

خوشحالی من از این جهت بود که ایزابل مرا به چشم یک دوست جدید می‌دید، نه به عنوان کسی که می‌خواهد پدرش را از او بگیرد، برای همین سعی کردم که در حضور ایزابل خیلی به نیل نزدیک نشوم. مواقعی که سه نفری بیرون می‌رفتیم مثلاً هنگام اسکی و یا زمانی که شب بیرون می‌ماندیم حد و مرزها بسیار عقیفانه بود؛ من و ایزابل در یک اتاق و نیل در اتاق دیگر می‌خوابیدیم. نیل از برخورد من با احساسات ایزابل خیلی تحت تأثیر قرار گرفته بود و می‌گفت: مادر ایزابل از این که مسائل جنسی خودش را به رخ بکشد و جلوه بدهد احساس خجالت نمی‌کرد، اما تو واقعاً می‌دانی ایزابل چه می‌خواهد.

من و ایزابل مشغول مرتب کردن آشپزخانه‌ای بودیم که نیل به هم ریخته بود. من گفتم: "ایزابل

جودی ۲۴ ساله می‌گوید: نیل عاشق دخترش ایزابل بود. خیلی از مردهایی که پنج سال است طلاق گرفته‌اند، حتی بچه‌هایشان را هم نمی‌بینند، اما نیل تمام یک‌شنبه‌هایش را برای ایزابل گذاشته بود و هیچ چیز برنامه‌اش را عوض نمی‌کرد. موقعی که با هم آشنا شدیم ایزابل هفت ساله بود. من به نیل گفتم این خصوصیت تو بسیار جالب است که همه یک‌شنبه‌ها را برای دخترت می‌گذاری، نیل هم مرا برای دیداری کوتاه از باغ‌وحش که تفریح مورد علاقه ایزابل بود، دعوت کرد.

آن روز صبح من وسایل گردش را جمع کردم و آماده شدم. شاید واقعاً احمقانه باشد ولی در آن موقع تنها نگران یک موضوع بودم که چگونه می‌توانم بر روی این دختر بچه کوچک تأثیر خوبی بگذارم؛ چون افسانه‌هایی شنیده بودم که فقط بخاطر بدجنسی یک بچه کوچک که گفته بود: "نه بابا من از اون خانم خوشم نمی‌آید"، دوستی مهرآمیز بین دو نفر تمام شده بود.

ایزابل خیلی راحت و طبیعی بود، دوستانه و شاد رفتار می‌کرد. او دوتا لطیفه‌ی واقعاً خنده‌دار برایم تعریف کرد و تا وقتی که به باغ وحش رسیدیم یک

گاز به صدا در آمد، گفتم: "زودباش بیا به من کمک کن تا میز شام را بچینیم، موافقی؟" ایزابل با تکان سر قبول کرد و با آه گفت: "باشه"، در وقت خوردن شام همه‌اش سرش را روی شانه نیل گذاشته بود. بعد از شام، من انواع بازی‌ها را پیشنهاد کردم تا سه نفری با هم بازی کنیم، اما ایزابل با هر پیشنهاد من به دماغش چین و چروک می‌داد و بالاخره گفت: "من فقط می‌خواهم شطرنج بازی کنم، با بابا." نیل نگاهی به من کرد و شانه‌ای بالا انداخت و به ایزابل گفت: "خیلی خوب یک بازی کوتاه و سریع." بازی شطرنج و انتخاب قهرمان که آن هم ایزابل بود تا ساعت ۹:۱۵ طول کشید. سعی کردم وانمود کنم شطرنج بازی خوبی است بنابراین پیشنهاد کردم که با قهرمان بازی یک دست بازی کنم، اما ایزابل گفت: "فکر نمی‌کنم بخوام بازی کنم." "عزیزم، آیا از دست من ناراحتی؟"

او سرش را تکان داد و با خمیازه‌ای که عمدتاً بزرگ‌تر نشان می‌داد گفت: "من فقط خسته‌ام." با شنیدن این جمله نیل گفت: "خوب پس یالا" و بعد بغلش کرد و مثل مأمورین آتش‌نشانی که کسی را نجات می‌دهند ایزابل را روی شانه‌اش گذاشت و برای خواباندن او برایش یک قصه گفت. من رفتم دوش گرفتم و صد صفحه از کتابم را خواندم، بعد نیل نوک پا وارد اتاق خواب شد، پرسیدم: "برایش چی خواندی؟ جنگ و صلح؟" "ول کن جودی تو فقط حساس شده‌ای، تو باید بفهمی که موضوع ازدواج ما برای او جدید است." و من زیر لب گفتم: "من فکر می‌کنم تو راست می‌گویی." کتابم را کنار گذاشتم و به اتاق خواب رفتم، نگاه کن جودی!

ناگهان متوجه شدیم که ایزابل دارد وارد اتاق می‌شود او گفت: "هی جودی می‌خواهم یک لطیفه

واقعاً بچه‌ی با معرفتی است، اصلاً از کار کردن و کمک کردن خسته نمی‌شود." ایزابل هم خندید و گفت: "جودی فوق‌العاده است، همین الان جمله‌ای گفت که هر موقع من می‌گفتم مامان دیوانه می‌شد"، ما همگی خندیدیم. همان شب وقتی ایزابل را خوابانیدم، نیل گفت: "جودی تو فوق‌العاده‌ای، فکر نمی‌کردم بخوام دوباره ازدواج کنم، اما... مقصودم این است که تو را دوست دارم، ایزابل هم تو را دوست دارد، آیا با من ازدواج می‌کنی و آیا دوست داری بچه‌دار شویم؟" و جواب من مثبت بود. این همان چیزی بود که در زندگی می‌خواستیم. روز بعد ما این موضوع را به ایزابل گفتیم. ایزابل جیغ زد: "اوه خدای من" و شروع به پایکوبی کرد. او پرسید: "یعنی من می‌توانم ساق‌دوش عروس بشوم، لباس مخصوص بپوشم، از پله‌های سالن پایین بیایم و تا آخر شب بیدار باشم؟ بله، مطمئناً همه‌ی این کارها را می‌توانی انجام دهی."

من به همه گفتم: "من واقعاً خوش شانس‌م، علاوه بر همسر، یک بچه‌ی خوب هم پیدا کرده‌ام، قراره که زندگی‌ام عالی باشد."

ما برای ماه عسل، سه هفته به یادماندنی به اروپا رفتیم. به محض این که به خانه برگشتیم، موقعی که مبل راحتی اتاق مهمان‌خانه را برای خواب شب ایزابل مرتب می‌کردم از من پرسید: "تخت خواب تو کجاست؟" "اونجا، با پدر تو."

ایزابل با اخم پرسید: "اونجا؟" و با تعجب و حیرتی که در صورتش واضح بود سؤال را تکرار کرد: "اونجا با پدر من!!؟" "خوب چرا؟" "چون ما حالا دیگر ازدواج کرده‌ایم."

ایزابل گفت: "اما قبلاً خیلی خوب بود، حالا چرا باید تغییر کند؟" داشتم فکر می‌کردم چه جوابی بدهم که زنگ فر

وقتی من و ایزابل تنها بودیم او تلویزیون تماشا می‌کرد و حتی هیچ‌وقت نمی‌خواست به من بگوید که چقدر ناراحت است.

نیل در مورد ناراحتی ایزابل گفت: "شاید به این دلیل آشفته است که مادرش با مردی آشنا شده." من می‌دانستم که مادر ایزابل بیرون می‌رفت و به نیل می‌گفت: "بیا دخترت را ببر". ولی وانمود می‌کرد که این موضوع را درک می‌کنم.

اولین و دومین بار که نیل رفت با گرمی پذیرفتم، ولی بعد نگرانی‌ام شروع شد. نمی‌دانستم چطور او می‌تواند نسبت به من این قدر بی‌تفاوت و بی‌احساس باشد.

یک شب یک‌شنبه وقتی داشتم لباس می‌پوشیدم که برای شام با نیل به رستوران مورد علاقه‌مان برویم، ایزابل گفت: "من احساس تنهایی می‌کنم، به پدرم احتیاج دارم". با تعجب پرسیدم: "آیا واقعاً تنهای تنها هستی؟"

او گفت: "نه پرستار هم دارم، ولی الان به پدرم احتیاج دارم". من گفتم: "این دفعه پدر نمی‌تواند بیاید." "ولی ما با هم قرار داریم. آخه این برنامه هر بعد از ظهر یک‌شنبه ما بود که با همدیگر تنها باشیم." وقتی نیل باخبر شد با من مخالفت کرد و گفت: "ما باید او را با خود می‌آوردیم، وقتی دخترم به من احتیاج دارد خواهش می‌کنم اصلاً دخالت نکن" و به این ترتیب اوج بحران ما از دوهفته بعد شروع شد. من نزد پزشک متخصص زنان رفتم و مطمئن شدم که باردار هستم به خانه که برگشتم با خوشحالی به نیل گفتم: "نیل عالی" و او محتاطانه گفت: "خوب فکر می‌کنم." "اما به نظر خیلی خوشحال نمی‌رسی؟"

او دستی به گونه من زد و گفت: "فقط امیدوارم ایزابل خیلی پریشان نشود." خوب دیگه اوضاع این‌طوری بود، نیل تا از ایزابل اجازه نمی‌گرفت به بچه ما خوش‌آمد نمی‌گفت! اما ناراحتی آن شب من

برایت بگویم "سکوتی طولانی همه جا را فرا گرفت."

"ایزابل جان، می‌توانی لطیفه‌ات را برای فردا بگذاری؟ اشکالی ندارد."

بعد دل‌شکسته به هال برگشت و گفت: "اصلاً اشکالی ندارد." نیل با یک آه عمیق بلند شد و لباس خوابش را روی شانه‌اش انداخت و رفت. مدت زیادی گذشت و او برنگشت، من خوابم برد. روز بعد ما همه خواب‌آلود و بداخلاق شده بودیم. ایزابل به من یک جویری نگاه می‌کرد که انگار مقصرم و گفت که شب قبل کابوس دیده. نیل گفت: "بی‌خیال"، او پا در میانی کرد و با مهربانی به پشت ایزابل زد. برای صبحانه، ایزابل از من کیک و شیر خواست. نیل به او گفت: "صبحانه‌ات را بخور تا بریم دوچرخه جدیدت را امتحان کنیم." من کمی کیک و شیر گرم برای ایزابل گذاشتم، ولی دست نخورده توی بشقابش ماند تا سرد شد. بعد گفت: "همه این غذاها تنفرآورند" و در حالی که با چنگال به کیک می‌زد پرسید: "بابا، من مجبورم از این‌ها بخورم؟" همان شب از نیل پرسیدم: "من چطور وارد فهرست دشمنان ایزابل شده‌ام."

نیل گفت: "نمی‌دانم، خوب... حالا که حرفش را زدی، به نظر من تو باید سعی کنی یک مقدار دوستانه‌تر رفتار کنی." می‌خواستم داد بزنم و بگویم من دوستانه‌تر...، اما جلوی خودم را گرفتم، لبخندی زدم و گفتم: "باشه دوستانه‌تر رفتار می‌کنم" و واقعاً این کار را کردم، اما هر چه سعی کردم به ایزابل برسم، کنارش بنشینم و صحبت کنم، برایش لطیفه تعریف کنم یا کاری را به جایش انجام بدهم هیچ فایده‌ای نداشت. او حالت دفاعی‌اش را کنار نمی‌گذاشت. با گذشت چند هفته به این نتیجه رسیدم که او بیشتر از قبل دشمن شده است، وقتی سه نفری با هم بودیم او دختر بابا بود و من غریبه و

نیل بعداً خصوصی به من گفت: "فکر نمی‌کنم حاملگی تو بتواند مشکل را حل کند، شاید الان وکشتش نبود که تو باردار شوی. این جمله دیگر کفر مرا در آورد. عصبانیت زیاد من از بی‌احساسی نیل نسبت به من و فرزندمان بود، چه انتظاری از من داشت، سقط جنین؟! خوب من که ابداً چنین کاری نمی‌کنم. حتی اگر لازم باشد بچه را به تنهایی بزرگ می‌کنم. فکر می‌کردم خانواده خوبی باشیم. کاش می‌دانستم چه کار کنم."

در مقایسه با ناراحتی ایزابل در روز بعد اصلاً قابل مقایسه نبود. او گفت: "دیگه انتظار نداشته باشید من بیایم و ببینمتان، این جا بوی آشغال‌دونی می‌گیره. به هر حال بابا دروغ گفته بود که من برای همیشه تنها بچه‌اش خواهم ماند." نیل به ایزابل فهماند که من چنین چیزی نگفتم، فقط گفتم که هیچ کس نمی‌تواند جای تو را بگیرد، و این دو جمله با هم متفاوت است.

جواب مشاور

دکتر ژانت لوفاس

مددکاری اجتماعی. رئیس بخش مشاوره و آموزش بخش روان‌پزشکی مرکز پزشکی نیوآرک در مرکز درمانی نیوجرسی. نویسنده کتاب دوستی دارم به نام پیتر (صحبت کردن با کودکان در مورد مرگ دوستان)

می‌داد پاسخ داد: "آه نه من سعی می‌کنم صادقانه رفتار کنم ولی جودی متوجه نیست. دخترم که مهمترین شخص زندگی من در دنیاست مدت ۸ سال است که در رنج و عذاب است. احساس می‌کند کسی دوستش ندارد، اعتمادش را به من از دست داده، افسرده شده. هیچ وقت این طوری واکنش نشان نمی‌داد."

جودی داد زد: "اما تو بازهم بچه می‌خواستی." نیل: "آره می‌خواستم، فکر می‌کردم می‌خواستم آره اما به خاطر خدا الان نه! ایزابل وقت بیشتری احتیاج دارد تا خودش را با این شرایط وفق بدهد. تو باید در مورد این موضوع فکر می‌کردی. تو باید قرص‌هایت را می‌خوردی." جودی ناگهان غضبناک شد و گفت: "تو هیچ وقت به من نگفتی باید قرص بخورم." نیل: "خوب من از کجا می‌دانستم تو این قدر عجله داری، مادر ایزابل سه سال طول کشید تا او را حامله شد."

نیل و جودی برای مشاوره نزد من آمدند. مشخص بود که خیلی به هم علاقه دارند و دل‌واپس همدیگرند، اما هر دو خیلی احساس گناه، خشم و طردشدگی داشتند. تنها بعد از گذشت شش ماه از ازدواجشان درگیر تضادی شده بودند که آنها را خسته و کوفته کرده بود، تضادی که وفاداری آنها را نسبت به دو بچه می‌سنجید، یکی هشت ساله و دیگری که هنوز به دنیا نیامده بود.

جودی ناله‌کنان گفت: "من احساس می‌کنم در این ازدواج مانند چرخ سوم هستم، این دو نفر در مقابل من هستند. آخر من چه کار کنم؟"

نیل خطاب به من گفت: "الان انتظار دارم شما به من بگویید آیا من یک شوهر وحشتناکم، و به اندازه کافی از همسر حمایت نمی‌کنم و او را دوست ندارم؟"

من به عنوان مشاور به او گفتم: "آیا این گونه فکر می‌کنی؟" و او در حالی که سرش را تکان

طوری جلوه دهد که به دخترش بفهماند او را ول نکرده، بهتر است هر چه بیشتر تلاش کند تا او را تحت کنترل و انضباط در آورد و به این طریق به او بیشتر کمک کند. بچه‌های خوب مثل ایزابل از این که آزاد باشند تا لوس بار بیایند احساس گناه می‌کنند. به علاوه رفتار همراه با امتیاز دادن زیاد و تهیه چیزهای بیشتر برای ایزابل به او کمک نمی‌کند که حقایق را بفهمد. حقیقت این است که شما یک زوج هستید و زندگی خصوصی دارید که همیشه شامل حضور بچه نمی‌شود. "من نیل را قانع کردم تا به جودی به عنوان یک هم پیمان برای تغییرات نگاه کند، نه این که او را مشکل ساز ببیند.

سپس در ادامه به او گفتیم: "جودی به حمایت تو احتیاج دارد و ایزابل هم لازم است که شما دو نفر را در یک جبهه متحد ببیند."

من برای نیل و جودی توضیح دادم این موضوع که ایزابل شما را امتحان می‌کند تا ببیند آیا می‌تواند بین شما جدایی بیاندازد طبیعی است، بنابراین سعی کنید اختلاف‌هایتان را خصوصی حل کنید، در این صورت ایزابل جودی را به عنوان انسان بالغ ارزشمندی می‌بیند که شایسته‌ی احترام است و می‌تواند به او اعتماد کند و مطمئناً به او به عنوان یک فرد مزاحم که می‌تواند تصمیم بگیرد و بیرونش کند نگاه نمی‌کند. این شیوه کمک می‌کند که تنش‌ها کمتر شود، مخصوصاً موقعی که برای ایزابل قوانین مشخصی مانند این جمله "لطفاً قبل از ورود به اتاق خواب ما در بزنید" گذاشته شود.

نیل گفت: "بسیار خوب بسیار خوب، اما من فکر نمی‌کنم ایزابل هیچ وقت از به دنیا آمدن بچه خوشحال بشود."

"ممکن است نشود، مجبور هم نیست که خوشحال شود، اگر شما به ایزابل اجازه بدهید بفهمد که اشکالی ندارد که از آمدن بچه خوشش

من گفتم: "نیل، تو یک دختر و یک زن حامله داری، آشفته و عصبانی هستی، اما من سر در نمی‌آورم تو چه می‌خواهی."

او پاسخ داد: "نمی‌دانم، انتخاب سختی است." "چرا فکر می‌کنی باید انتخابی باشد؟ شاید از این که عشق کافی به ایزابل و جودی و بچه جدید نداری می‌ترسی. خوشبختانه تو برای همه آن‌ها حتی بیشتر از حد لازم محبت داری. فکر نکن ناراحتی ایزابل برای همیشه باقی می‌ماند. الان او با خیلی مسائل سروکار پیدا کرده و خیلی چیزها را باید حل و فصل کند."

ما در مورد پیش‌بینی‌های ایزابل هم صحبت کردیم. او نه تنها ناخواسته حسادت می‌کرد و نگران این بود که بچه جدید جای او را بگیرد بلکه مشکلات دیگری هم داشت. همیشه وقتی یکی از والدین برای بار دوم ازدواج می‌کند، در بچه‌ها احساس آشفتگی و غم به وجود می‌آید، همان‌گونه که طلاق والدین هم ناگزیر سایه‌ای بر روی آینده کودکان می‌اندازد، حقیقت تلخی که زندگی آینده کودک را نامعلوم و مبهم می‌کند. علاوه بر این برای هیچ بچه‌ای ساده نیست که مجبور شود با مسائل جنسی والدین سازگار شود. برعکس مادر ایزابل، جودی و نیل در مورد مسائل جنسی بسیار با درایت رفتار کرده و مسائل زندگی‌شان را به طرز معقولی، شخصی و خصوصی نگاه داشته بودند، ولی پس از ازدواج دیدن وضعیت جدید برای ایزابل ضربه بزرگی بود. بدون تردید ایزابل احساس نموده که جودی به او خیانت کرده است.

نیل اعتراف کرد که نمی‌داند چرا این قدر از دست جودی ناراحت شده. پدر فوق‌العاده مهربان هم فایده‌ای ندارد.

من گفتم: "بهتر است نیل راهبردش را تغییر دهد. به جای این که خودش (و ازدواجش) را

بودیم خیلی سخت نمی‌آمد. ایزابل هم در مورد خواهرش این چنین اظهارنظر کرد: "چه با نمکه وقتی انگشتم را می‌گیرد خوشم می‌آید". من از این که می‌بینم ایزابل همراه خواهرش شده خوشحالم و این را به ایزابل هم می‌گویم."

آنها دوباره دوست شده‌اند چون نیل می‌داند با ایزابل چگونه باید کنار بیاید، در ضمن توانسته است جودی را وارد زندگی خودشان کرده و خانه و کاشانه را به مکان خوبی تبدیل کند. در واقع تغییرات و ورود اعضای جدید به خانواده^۱ (حتی مثبت‌ترین و بامحبت‌ترین خانواده‌ها) می‌تواند تنش و فشار تولید کند و گاهی نیز به نظر می‌رسد قابل برطرف شدن نباشد. خانواده نیل، جودی، ایزابل و ماری توانستند مشکل خودشان را حل کنند و به این ترتیب جواب‌های امیدوارکننده‌تری به ایزابل بدهند، به این ترتیب جودی که مستقیماً هیچ مشاوره و درمانی دریافت نکرده بود به لطف تغییر رفتار نیل و ایزابل به آرامش دست یافت.

پیام مشاور: به طور حتم خانواده ایشان در آینده باز هم باید خود را با شرایط جدید وفق دهند. مخصوصاً زمانی که ماری بزرگتر می‌شود و عالم بچگی را پشت سر می‌گذارد. در عین حال آنها می‌توانند از عهده‌ی مسائل به خوبی برآیند، زیرا یاد گرفته‌اند که اجتناب از مسائل، باعث حل آنها نمی‌شود بلکه باید با آنها روبه‌رو شد و همین توانایی است که از آنها خانواده‌ای واقعی می‌سازد.

نیاید از فشار وارد بر او کم می‌شود، شاید هم یک روزی نظرش را عوض کند ولی به هر حال این مشکل خودش است.

وقتی نیل با ایزابل در مورد این موضوع صحبت کرد او ابتدا از فکر بچه طفره رفت، سپس خوب گوش کرد و بعد به نظر آرام شد. نیل هم احساس آرامش کرد ولی با این حال بعداً به جودی گفت که فکر نمی‌کند زمان بچه‌دار شدن آنها مناسب باشد.

و جودی در پاسخ چنین عنوان نمود: "من فکر نمی‌کنم هیچ وقت کاملاً مناسبی از هر جهت پیدا بشود."

پس از آن ماجرا جودی تعریف کرد: "ما در مورد خوشی‌ها و لذت بچه‌دار شدن هم علاوه بر مشکلات و مسائلی که بچه بوجود می‌آورد صحبت کردیم. نیل لبخندی زد، بازویم را فشار داد و گفت من هم از آمدن بچه خوشحال و هیجان‌زده شده‌ام. احساس گناه و دلگیری نیل تعدیل شد و وقتی که ایزابل احساس تنهایی می‌کرد نیل می‌فهمید که می‌تواند برای نجات ایزابل عجله نکند.

گاهی به او می‌گفت: "حالا نمی‌توانم بیایم، می‌توانیم سر فرصت با هم صحبت کنیم." وقتی ایزابل دید که پدرش مهربان است ولی هر چیزی را (مخصوصاً همسرش را) فدا نمی‌کند، بازی جلب توجه او تمام شد.

شش ماه بعد ماری به دنیا آمد و همان شادی و هیجانی که بچه‌ها با خود می‌آورند را با خود آورده بود. اما دیگر به نظر ما که حالا به آرامش رسیده

۱- ورود عضو جدید به خانواده همانند خروج عضوی از آن (مرگ، طلاق و ازدواج) جزو عواملی است که می‌تواند فشار روانی ایجاد کند و بنابراین برای تعدیل و سازگاری دوباره روانی و اجتماعی به گذشت زمان و حتی ایجاد تغییرات جدید در زندگی نیاز است. و.

چون اجازه می‌دهد که پسرش هرکاری بخواهد بکند و دفترهای من هم از این وضع فیلی دلفورند. تا زمانی که چون فکر می‌کند قوانین فقط برای بچه‌های من خوب است و نه برای پسرش، بطور ما پنج نفر می‌توانیم به یک خانواده واقعی تبدیل بشویم؟

«سرگذشت سوزان»

نگذارد، موافقت می‌کرد اما می‌رفت و کار خودش را می‌کرد. بعد قضیه‌ی غذا خوردن پیش آمد. اسکات بعد از مدرسه ته‌بندی نمی‌کرد (غذای مختصر نمی‌خورد) ولی بیست دقیقه قبل از ناهار ضعف می‌کرد و به سمت کیک و چیس حمله می‌نمود، بعد هم شام نخوردنش را تقصیر من و هرچی می‌پختم می‌انداخت. اگر هم به هر ترتیبی از او می‌خواستم که برای شام یا ناهار با ما باشد، فقط می‌نشست و به پایه صندلی‌اش لگد می‌زد یا آن قدر با چنگال به زیر بشقاب سیخونک می‌زد تا چون اجازه می‌داد برود تلویزیون ببیند؛ چند دقیقه‌ی بعد دنبال بستنی می‌گشت، اما طبق معمول چون او را سرزنش نمی‌کرد، خوب من چه کار می‌توانستم بکنم؟ دخترها از این معیار دوگانه‌ی حاکم در خانه خیلی عصبانی شده بودند. یک روز امی پرسید: "چطوره که اسکات این قدر عزیز دُرْدانه است؟" اسکات مجبور نبود شب‌هایی که فردایش مدرسه دارد زود بخوابد یا اگر کف زمین دستشویی را خیس می‌کرد، آن را خشک کند و تقریباً هیچ کاری نبود که برای انجام دادنش اجازه بگیرد. من شروع کردم برایشان بگویم... حالت ناراحتی داشتم، توضیح دادم که رفتار او تا اندازه‌ای به این دلیل است که او سن بیشتری دارد و پسر است. در حرف‌های من به نظر تعصب جنسیتی وجود داشت و توضیح‌حاتم برای دخترها، و حتی برای خودم ناکافی بود. اما چه طور می‌توانستم توضیح بدهم که

سوزان ۳۹ سال دارد او می‌گوید: از ما خانواده میزان‌تری نمی‌تواند وجود داشته باشد. من یک زن مُطْلَقه با همزادهای هشت ساله هستم و چون هم یک مرد زن مُرده با یک پسر یازده ساله است. ما همدیگر را در مترو دیدیم. داشتم می‌رفتم سرکار... و هشت ماه بعد ازدواج کردیم. مادرم با تعجب از من پرسید: "آیا برای بچه‌ها مشکلی پیش نمی‌آید؟" من می‌گفتم: "ابداً، ما همگی با همدیگر خوب کنار می‌آییم."

دخترهای من جولیا و امی فکر می‌کردند چون فرشته است من هم پسر جون (اسکات) را مثل پسر خودم می‌دانستم، پسری که هیچ وقت نداشتم و همیشه آرزوی داشتنش را داشتم. ولی وقتی از ماه غسل برگشتیم و همه با همدیگر شروع به زندگی کردیم تفاوت‌های اساسی ما واقعاً نمایان شد.

اسکات جوراب‌های کثیف و بطری خالی نوشابه‌اش را توی اتاق نشیمن انداخته بود و چون هم در این مورد چیزی نمی‌گفت، من هم دوست نداشتم وسایل اسکات را جمع و جور کنم. چون قبول داشت که پسرش کمی شلخته است اما معتقد بود این موضوع به این دلیل است که مدت‌ها بی‌مادر بوده است. چون دستی به گونه من کشید و گفت: "سعی کن نسبت به او صبور باشی، باشه؟" اما هر چه زمان بیشتری می‌گذشت، اسکات به نظر آشفته‌تر می‌شد. من نمی‌توانستم روی حرف او حساب کنم. وقتی از او می‌خواستم حوله‌ی خیس را روی قلاب

که همه چیز نیست، تو هر کاری با بچه‌های خودت می‌خواهی بکن، خوبه که ما حداقل یک بچه داریم که سرکوب نشده!" او بعداً عذرخواهی کرد اما تنش میان ما از بین نرفت. دخترها اسکات را دست می‌انداختند و متلک می‌گفتند، او هم بی‌محلی می‌کرد، آنها هم عصبانیتشان را نسبت به جون نشان می‌دادند، پشتشان را به او می‌کردند، جون هم تلافی می‌کرد و آنها را نادیده می‌گرفت.

بعد از ظهرها وقتی من دخترها را سرگرم می‌کردم، جون با اسکات بازی می‌کرد. وقت کمی برای من و جون مانده بود که تنها باشیم و با همدیگر صحبت کنیم. مجبور بودم این واقعیت را بپذیرم که ما دو خانواده جداگانه‌ایم که زیر یک سقف زندگی می‌کنیم. نمی‌فهمیدم باید از دست اسکات و جون عصبانی باشم یا از دست خودم که نمی‌دانستم چطور با جون بهتر دمخور شوم. در واقع از دست خودم عصبانی بودم که نمی‌دانستم چه کار کنم.

عید داشت نزدیک می‌شد، زمان خوبی که شاید کمک کند بازی موش و گربه تمام شود و با هم در صلح و صفا به سر ببریم. یک روز تعطیل را با فامیل‌های جون گذرانیدیم. داشتیم به دیدن مادرم به نیویورک می‌رفتیم. دخترها هیجان‌زده بودند، دو سالی بود که آنجا نرفته بودیم، اما هنوز یادشان بود که چه جاهای دیدنی را قبلاً دیده بودیم، قایق گرفته بودیم و از همه دنیا بی‌خبر و خوشحال کنار دریا قلعه‌های شنی درست می‌کردیم. وقتی به سمت فرودگاه می‌رفتیم همه ما هیجان‌زده بودیم، گویا یک خانواده حقیقی هستیم، من احساس امیدواری می‌کردم. ولی این سرخوشی ما فقط تا روز بعد ادامه داشت که می‌خواستیم برویم تا مادرم را ببینیم. امی و جولیا آماده بودند و واقعاً در لباسهای نو گلدارشان زیبا شده بودند. اما اسکات روی تخت‌خوابش دراز

خود من هم حق انتخاب دیگری ندارم و فقط باید از تجویزهای جون پیروی می‌کردم که با پسرش اسکات خوب رفتار کنیم. اما دخترها بیشتر از رفتار غیردوستانه اسکات ناراحت بودند.

یک روز امی به من گفت: "اسکات حتی اجازه نمی‌دهد ما به اتاقش برویم. ما سعی کردیم این کار را انجام دهیم. اما او ما را به بیرون هل داد و به ما گفت: کله‌پوک‌های بی‌قواره."

موضوع آزاردهنده‌ی همیشگی برای من تلویزیون و تکالیف مدرسه است. امی و جولیا می‌دانستند که تلویزیون بعد از تمام شدن تکالیف روشن می‌شود و نه در طول انجام آن، ولی این اواخر اگر من از سر کارم دیر به خانه برمی‌گشتم می‌دیدم هر سه آن‌ها کتاب و دفترهایشان را روی زمین پخش کرده و با هم جور شده‌اند. وقتی این موضوع برای سومین بار در هفته اتفاق افتاد من به دخترها گفتم: "شما به اتاق خودتان بروید و برای یک هفته تلویزیون را فراموش کنید!" آنها هم با ناراحتی دخترها را از روی زمین جمع کردند و رفتند. اسکات دراز شد و صدای تلویزیون را زیاد کرد، من با کمال عصبانیت و در حالی که مستأصل شده بودم به جون نگاه کردم اما او فقط شانه بالا انداخت. من خطاب به جون گفتم: "تو واقعاً داری مرا ضایع می‌کنی! وقتی دخترها می‌بینند تو به اسکات اجازه می‌دهی هرکاری می‌خواهد بکند، دیگر دستورات مرا گوش نمی‌کنند. آنها دیگر خواهش می‌کنم و متشکرم را هم کنار گذاشته‌اند. من فکر می‌کنم ما باید موضوع را بین خودمان حل کنیم تا به نتیجه‌ای برسیم."

جون گفت: "این قدر سخت نگیر."

"آیا نگاهی به کارنامه و نمره‌های اسکات انداختی؟!" جون در حالی که روی کاناپه خوابیده بود و دست و پایش را می‌کشید گفت: "خوب نمره

کره روی نان کنار دست هست، قیافه‌ی مادرم را دیدم که لبهایش را سفت کرد. تا آخرین روز عید دل من داشت مثل سیر و سرکه می‌جوشید و جون هم از من عصبانی‌تر بود. او به من می‌گفت: "تو با این دستور دادن‌هایت داری عیدش را خراب می‌کنی."

من جواب دادم: "تو فکر می‌کنی کار اون درسته؟ به مادرم کم‌محلی می‌کنه و با دهن باز غذا می‌خوره؟" جون جوابی نداد و بقیه آن روز بعد از ظهر هم مستقیماً با من حرف نزد. سعی کردم با او صحبت کنم اما اجتناب می‌کرد، حتی به من شب بخیر هم نگفت. در حالی که من توی رختخواب می‌لولیدم، او با صدای بلند خرخر می‌کرد. احساس می‌کنم شکست خورده‌ام، خیلی ناامید شده‌ام. هفته گذشته یک شب امی گفت: "کاش دوباره فقط ما سه نفر بودیم." آیا همیشه همین‌طور خواهد بود؟

کشیده بود و یک مجله فکاهی می‌خواند. دیدم هنوز توی گوشش شن است، شلوار ورزشی کهنه‌اش را با تی‌شرتی لکه‌دار پوشیده بود. گفتم: "اسکات وقت آماده شدن است."

اسکات گفت: "من حاضرم." به آرامی گفتم: "تو که نمی‌توانی این طوری بیایی یالا، مادرم اگر تو را این طوری ببیند دق می‌کند. ژاکت ورزشی و شلوار خوشگل را توی چمدان گذاشتم." اما او وقتی تی‌شرت تمیز و شلوار تازه‌اش را می‌پوشید غرغرکنان گفت: "من اصلاً نمی‌خواهم بیایم. چرا باید در خانه بمانیم و ساندویچ بخوریم؟" در رستوران رفتار اسکات حتی بدتر از همیشه بود. تا وسط میز دراز شد تا یک سیب‌زمینی با چنگالش بردارد، من آرام در گوشش گفتم: "اسکات خواهش می‌کنم." وقتی به او می‌گفتم که یک کارد برای گذاشتن

جواب مشاور

دکتر ژانت لوفاس

بنیان‌گذار و مدیر مؤسسه خانواده‌خوانده مرکز مشاوره و اطلاعات در شهر نیویورک. خانم لوفاس که خودش فرزندخوانده و نامادری است، نویسنده چندین کتاب در این زمینه می‌باشد از جمله کتاب «نامادری، ناپدیری».

کردیم. من با متانت و قوت ولی آرام گفتم: نه نکردید، شما یک خانواده خوانده شده‌اید. یک خانواده‌خوانده کلاسیک با مشکلات مخصوص به خودش. برخوردها و دلخوری‌هایی که شما شرح دادید در یک خانواده با شکل ناپدیری - نامادری، ناخواهری - نابرداری به صورت طبیعی رخ می‌دهد. مشکلاتی که شما دارید به این دلیل نیست که شکست خورده‌اید بلکه به خاطر وضعیت بنیانی شماست. دو سیستم خانوادگی مجزا که هر کدام

سوزان و جون در حالی که خیلی ناامید بودند نزد من آمدند. سوزان در اولین جمله گفت: "من می‌خواهم خانواده‌ی خوبی باشیم، اما فقط دلخوری داریم. اول با بچه‌ها شروع شد اما حالا داره زندگی ما را خراب می‌کنه."

جون اعتراض آمیز گفت: "فکر می‌کردم سوزان خیلی با محبت است، اما اون نمی‌تونه اسکات را چون کامل نیست دوست داشته باشه. بچه‌های او هم برای من هیچ فایده‌ای ندارند. ما خیلی قابلیت داریم ولی شکی نیست که همه چیز را خراب

هستم، والدینم خیلی سخت گیر ولی در عین حال با محبت بودند و این همان ترکیبی است که من سعی می‌کنم به دخترهای خودم هم بدهم. قبول دارم که کمی سختگیرانه رفتار می‌کنم، مخصوصاً وقتی از سرکار به خانه می‌آیم و می‌بینم اتاق نشیمن آشفته بازار است."

بعد چون خطاب به من گفت: "منظورتان را از سیستم‌های خانوادگی مختلف می‌فهمم، انگار ما از سیاره‌های مختلف آمده‌ایم! من هم واقعاً از آشفتگی و به‌هم‌ریختگی دیوانه می‌شوم ولی ما چه طور می‌توانیم کاری کنیم بچه‌هایی که این قدر متفاوت تربیت شده‌اند از یک قانون پیروی کنند؟"

من پاسخ دادم: "شما حالا اعضای یک خانواده‌ی جدید هستید و می‌توانید قوانینی برای داخل خانه بگذارید. می‌توانید مقررات را بنویسید و به در یخچال بچسبانید. بچه‌ها وقتی می‌بینند خانه قانون دارد، طبق قوانین رفتار می‌کنند. بچه‌ها دوست دارند در زندگی‌شان آینده‌نگر باشند. من می‌خواهم خانواده‌ی شما یقین داشته باشد، مثبت فکر کند و با یک خوش‌بینی شروع کند. مثلاً ما صبح بیدار می‌شویم، رختخواب‌هایمان را مرتب می‌کنیم، دندان‌هایمان را تمیز می‌کنیم و حوله‌ی خیسمان را روی قلاب می‌گذاریم."

سوزان خندید و گفت: "شما خیلی ساده گرفته‌اید." ولی در پایان همان جلسه او و جون در مورد یک خط‌مشی موافقت کردند: هله‌هوله فقط تا ساعت ۵ بعد از ظهر خورده شود، درست کردن غذا به عنوان یک مراسم خانوادگی حداقل ۴ بار در هفته انجام شود، به علاوه تصمیم گرفته شد هر کسی می‌تواند اتاق خوابش را هر طور دوست دارد نگه دارد، مشروط بر آن که اتاق نشیمن مرتب باشد.

وقتی به جزئیات رسیدیم توانستیم موضوع پیچیده آراستگی را هم حل کنیم. آن‌ها به این نتیجه رسیدند

سالها راه خودشان را رفته‌اند نمی‌توانند مثل دو نفری باشند که همدیگر را دیده‌اند و ازدواج کرده‌اند و سال‌ها به صوت یک زوج دونفری زندگی کرده‌اند^۱.

جون گفت: "پس منظورتان این است که کاملاً بی‌فایده است؟"

"نه ابداً، فقط موضوع این است که شما هیچ وقت آن خانواده حقیقی که تصور می‌کنید نمی‌شوید. شما برای همیشه یک خانواده ناپدری - نامادری باقی می‌مانید. اما دلیلی ندارد که خانواده‌ی شاد و خوشحالی نباشید، هرچند احتیاج به کمی تغییر و همکاری واقعی دارید." جلسه‌ی اول در مورد زمینه‌های مختلف و نظرات متفاوت جون و سوزان در مورد این که یک خانواده چگونه باید باشد صحبت کردیم.

"مهم این است که شما به دیدگاه‌های یکدیگر احترام بگذارید، حتی اگر با آن موافق نباشید." بعد از این که مدتی با هم کار کردیم جون به این نتیجه رسید که او به طور غیرمعمول آسان‌گیر است. او گفت: "من در خانواده‌ای با زمینه‌ی سخت‌گیری به کودکان بزرگ شدم، تصمیم گرفتم که پدری خوب باشم، ترجیح می‌دادم خوب باشم تا این که مثل گروهان‌ها دستور بدهم. بعد از این که کتی همسر اولم فوت کرد به گمانم حقیقتاً هیچ چیزی از اسکات که در آن موقع شش ساله بود نخواستم. از این که او مادر و همه چیزهای مادرانه را از دست داده بود، احساس گناه می‌کردم و نمی‌خواستم زندگی‌اش را سخت‌تر کنم" سوزان در حالی که دست جون را گرفته و می‌فشرده گفت: "تو قبلاً این را به من نگفته بودی. من فکر می‌کنم برعکس

۱- در واقع «خانواده خوانده» دارای ساخت، عملکرد، وظایف و ویژگی‌های خاصی است که نباید آن را با خانواده غیر خوانده و طبیعی مقایسه کرد و یکسان دانست. و.

موافق هستید و از همدیگر پشتیبانی می‌کنید آنها نیز به این نظرات احترام می‌گذارند."

جون آهی کشید و گفت: "حرف شما صحیح است ولی ما هنوز مشکل بزرگی داریم که در مورد بی‌علاقگی بچه‌ها نسبت به هم است. من نمی‌دانم چه طور قوانین یک خانه می‌تواند بچه‌ها را به همدیگر نزدیک کند."

"قبول دارم، حقیقت دارد، شما نمی‌توانید احساسات دوستانه را در خانه با قانون‌گذاری برقرار کنید، اما می‌توانید پافشاری کنید تا همه با احترام با یکدیگر رفتار کنند، مگر نه این که شما کارمند ژولیده و کثیف و اخمو را تحمل نمی‌کنید و اگر اشیاء متعلق به شما را گم کند یا با دهان پر از غذا صحبت کند... با او برخورد می‌کنید؟ پس چرا این چیزها را در مورد فرزند خودتان می‌پذیرید؟ وقتی رفتارهای وحشتناک پذیرفته می‌شوند به این معنی است که بچه‌ها دارند تسلط پیدا می‌کنند. آداب و رسوم غذاخوردن، ارتباط چشمی، سلام و خداحافظی، درخواست و تشکر چیزهایی است که از آنها در بیرون خانه انتظار داریم، پس درست نیست که به آنها اجازه بدهیم در خانه بدرفتاری کنند و کسی هم کاری به کارشان نداشته باشد."

سوزان و جون قلباً موافقت نموده و جملاتی به قوانین خود اضافه کردند: "ما همدیگر را با نام کوچک صدا می‌زنیم نه احمق و کله‌پوک و... به خصوص وقتی بزرگ‌ترها ممکن است بشنوند و بیشتر مواظب هستیم تا چنین کلماتی نگوئیم، رفتار مؤدبانه شامل قرض گرفتن هم می‌شود، ما همیشه قبل از قرض گرفتن اشیاء اجازه می‌گیریم، بعد امانت را به موقع و صحیح و سالم بر می‌گردانیم. اگر لازم بود تمیز یا تعمیرش می‌کنیم و یا جایگزینی برایش تهیه می‌کنیم، وقتی درب اتاق خواب کسی باز است برای وارد شدن اجازه می‌گیریم، وقتی در

که لازم نیست همه چیز شکل یکسانی داشته باشد. من توضیح دادم که زیبایی و آراستگی تشخیص تفاوت‌هاست، یعنی تفاوت باید وجود داشته باشد، بنابراین آن‌ها به عنوان مادر و پدر موافقت کردند که اسکات چون فرزند بزرگ‌تر است مستحق مزایای بچه‌ی بزرگ‌تر است، مثلاً می‌تواند دیرتر به رختخواب برود و آزادی بیشتری نسبت به دخترها داشته باشد.^۱ یعنی کمتر اجازه بگیرد و سهم بیشتری از مسئولیت‌ها را هم داشته باشد. جون در مورد انجام تکالیف مدرسه، هم زمان با روشن بودن تلویزیون فکری کرد و با سوزان موافق بود که با وجود عواملی که موجب حواس‌پرتی می‌شود، البته تمرکز کردن سخت است. بنابراین قانون وضع‌شده‌ی آن‌ها چنین بود که شما می‌توانید در اتاق‌تان رادیو یا ضبط روشن کنید اما تا تمام نشدن تکالیف مدرسه اجازه‌ی روشن کردن تلویزیون را ندارید. سوزان گفت: "به نظر خوب است، اما وقتی جون خانه نیست من چه طور می‌توانم اسکات را مجبور کنم که این قوانین را رعایت کند. اسکات این مطلب را که من مادرش نیستم به اندازه‌ی کافی تکرار کرده. راستش یک بار به من گفت: تو هیچی نیستی!"

"قبول دارم شما مادرش نیستید، اما مطمئناً هیچی هم نیستید، شما خانم اول این خانه و خانواده هستید و جون هم آقای این خانواده است؛ این جایگاه‌ها به شما دو نفر این اعتبار را می‌دهد که قوانین بگذارید و به عنوان یک زوج بر آن‌ها تأکید کنید و در مورد اجرای آن پی‌گیری نمایید. وقتی بچه‌ها ببینند شما دو نفر در مورد قانون همفکر و

۱- البته بعضی خانواده‌ها فراموش می‌کنند این آزادی اعطا شده به آقا پسرها را هم اندازه دختر خانمها کنند، یعنی از همان کودکی به جنسیت مذکر این پیام را می‌دهند که هر کاری دلت می‌خواهد بکن که نتیجه آن در بزرگسالی تسلط پدر و شوهر بر خانواده و نظام مردسالاری در خانواده و جامعه است. و.