

تروما و وجود انسان

تأملات فلسفی، روان کاوی و خودزندگی نامه‌ای

تألیف

رابرت دی. استولو

مترجم

مصطفی یونسی سینکی



فلسفه... مبارزه همه جانبه وجود انسان با ظلمتی است که در هر زمانی در همان وجود می‌تواند رخنه کند؛ و هر روشنگری‌ای، پرتگاه‌های جدیدی را می‌گشاید.

تمام کنش‌های خلاقانه در حال و هوای مالیخولیایی نهفته‌اند... فلسفه در حالت بنیادین مالیخولیا قرار دارد.

مارتین هایدگر

پیش‌گفتار	۹
۱: زمینه‌مندی زندگی هیجانی	۱۱
۲: زمینه‌مندی ترومای هیجانی	۲۱
۳: پدیدارشناسی تروما و طریقت مطلقهٔ زندگی روزمره	۳۱
۴: تروما و زمان‌مندی	۳۹
۵: تروما و «ناآگاهی هستی‌شناسانه»	۴۹
۶: اضطراب، اصالت و تروما	۶۳
۷: نتایج: همزادگان در تاریکی همسان	۸۷
یادداشت‌ها	۹۵
شرح واژگان تخصصی	۹۹
نام‌نامه	۱۱۱
واژه‌نامه	۱۱۳
منابع	۱۱۷

پیش‌گفتار

این کتاب پیرامون درهم‌تنیدگی دو مضمون مرکزی نوشته شده است. «اولی به زمینه‌محور بودن زندگی هیجانی به طور کلی، و تجربه‌ی ترومای هیجانی به طور خاص، مربوط است.» (فصول ۱، ۲، و ۵). موضوع دیگر مربوط به این است که امکان ترومای هیجانی در ساختار بنیادی وجود انسان سرشتی شده است (فصول ۳، ۴، و به ویژه، ۶). اینکه آیا این امکان سرشتی دائماً در پیش‌زمینه و در معرض دیدگان دنیای تجربی ما آورده می‌شود یا خیر، بستگی به زمینه‌های رابطه‌ای ما دارد که در آن زندگی می‌کنیم (فصل ۷). در فصل‌های بعدی، درهم‌تنیدگی این دو موضوع را دنبال می‌کنم، چون تا حد زیادی از درک من از تجربه‌ی خودم پیرامون فقدان آسیب‌زا متبلور می‌شوند. در مجموع، این کتاب وحدتی عمیقاً شخصی، نظری و فلسفی را در فهمی که من از ترومای هیجانی و جایگاه نهفته‌اش در وجود انسان به‌دست آورده‌ام، به نمایش می‌گذارد.

من به‌غایت از اعضای خانواده و دوستان نزدیکم سپاس‌گزارم که مرا از لحاظ هیجانی در تجربه‌ی فقدان آسیب‌زا حمایت کرده و کمک کردند تا بتوانم در آن شرایط زندگی کرده و در مورد آن تأمل کرده و بنویسم: الیزابت اتوود، جورج اتوود (فصل ۷)، جوآن بیشو، النا بون، برنارد برندچاف، جوئل براون، بثترینز فاستر، کلودیا کوهنر، جان لیندون فقید، شیلا نامیر، دونا اورنج، لیزا ریچی، ریچارد روزنشتاین، جولیا شوارتز (فصل ۵)، استل شین، الکساندرا سوکاریدوس، ریچارد سوکاریدوس،

بنجامین استولرو، امیلی استولرو، ریچارد استولرو، استفانی استولرو و جفری تروپ. همچنین از جورج اتوود، ویلیام براکن، برنارد برندچاف، دونا اورنج، جولیا شوارتز و مرحوم دافنه استولرو برای کمک به توسعه اندیشه‌های گردآوری شده در اینجا عمیقاً سپاس گزارم. بدون حمایت و تشویق ثابت همسر، جولیا شوارتز، اغلب در مواجهه با دردهای هیجانی خود، نمی‌توانستم این کتاب را بنویسم.

فصل ۵ ابتدا در روان‌کاوی معاصر منتشر شد (۲۰۰۶، جلد ۴۲ (۲)، صفحات ۲۳۳-۲۴۱). فصل‌های ۳، ۴ و ۶ در ابتدا در روان‌شناسی تحلیلی به انتشار رسید (به ترتیب ۱۹۹۹، جلد ۱۶ (۳)، صفحات ۴۶۴-۴۶۸؛ ۲۰۰۳، جلد ۲۰ (۱)، صفحات ۱۵۸-۱۶۱؛ و ۲۰۰۷، جلد ۲۴ (۲)، صفحات ۳۷۳-۳۸۳). از سردبیران و ناشران این مجلات که به من اجازه دادند تا از این مطالب در کتابم بهره‌مند شوم، سپاس گزارم.

زمینه‌مندی زندگی هیجانی^۱

یک ذهن عریان فاقد جهان، فاقد وجودیت است.

مارتین هایدگر

اصل محوری نظریه سیستم‌های بیناذهنی^۲ - دیدگاه روان‌کاوانه‌ای که من و همکارانم طی بیش از سه دهه توسعه داده‌ایم (استولرو، اتوود و رز، ۱۹۷۸؛ استولرو، اتوود و اورنج، ۲۰۰۲) - این است که تغییر در تفکر روان‌کاوانه از تقدم سائق به تقدم عاطفه‌پذیری^۳، روان‌کاوی را به سمت زمینه‌مندی پدیدارشناختی (اورنج، اتوود و استولرو، ۱۹۹۷) و تمرکز محوری بر حوزه‌های بیناذهنی پویا (استولرو، ۱۹۹۷) سوق داده است. بر خلاف سائق‌ها که از اعماق یک ذهن منزوی^۴ دکارتی سرچشمه می‌گیرند، عاطفه - یعنی تجربه هیجانی ذهنی - چیزی است که از بدو تولد به بعد در درون نظام‌های رابطه‌ای پایدار تنظیم می‌شود - یا حتی به اشتباه تنظیم می‌شود؛ بنابراین، قراردادن عاطفه در مرکز آن، به طور خودکار کم‌وبیش مستلزم زمینه‌سازی بنیادین تقریباً همه جنبه‌های زندگی روانی انسان است.

۱. صحبت از هیجانی (emotional) در این کتاب، به زبان بیرونی‌شده و قابل بیان تجربه عاطفی اشاره دارد که بنا بر مفهوم متن و پاراگراف، هرچا لازم باشد از عاطفی به جای هیجانی استفاده خواهد شد. [مترجم]

2. intersubjective-systems theory

3. affectivity

4. isolated mind

نظریه سنتی فرویدی تحت تأثیر «افسانه ذهن منزوی»^۱ دکارتی است (استولرو و اتوود، ۱۹۹۲، فصل ۱). فلسفه دکارت جهان ذهنی را به دو حوزه درونی و بیرونی تقسیم کرد، هم ذهن را از بدن و هم شناخت را از عاطفه جدا کرد. تقسیم‌بندی‌های حاصله را عینیت بخشیده و تبدیل به مطلق کرد؛ همچنین ذهن را موجودی عینی تصور کرد که جای خود را در میان اشیای دیگر تعریف می‌کند، «چیزی متفکر»^۲ که درون با محتوایی دارد و به دنیای بیرونی‌ای می‌نگرد که اساساً از آن بیگانه است. در فلسفه، شاید مهم‌ترین چالش در برابر شکاف سوژه-اُبژه دکارتی توسط هایدگر (۱۹۲۷) مطرح شد. در تضاد قابل توجه با ذهن منزوی و فاقد جهان دکارت، از منظر هایدگر، از ابتدا موجودیت زندگی انسان «در-جهان» نهادینه شده و گره خورده بود. در بینش هایدگر، «هستی»^۳ انسان آغشته به جهانی شده است که در آن قائم است، همان‌طور که جهان سکونتگاه، آغشته به معانی و اهداف انسانی است. در پرتو این زمینه‌سازی بنیادین، توجه هایدگر به عاطفه حائز اهمیت ویژه است.

هایدگر برای زمینه وجودی عاطفه‌پذیری (احساسات و حالات خلق و خو) اصطلاح *Befindlichkeit* را به کار می‌برد، واژه‌ای دست‌وپاگیر که او برای به‌تصویرکشیدن بعد اساسی وجود انسان ابداع کرد. این واژه را می‌توان به معنای «چگونه-فرد-خود-بودنش را-می‌یابد» ترجمه کرد. همان‌طور که گندلین (۱۹۸۸) اشاره کرده است، واژه هایدگر برای

۱. می‌توانید برای درک و فهم بهتر مفاهیم بینادذهنی و افسانه ذهن منزوی، به کتاب زمینه‌های هستی، مبانی بینادذهنی زندگی روان‌شناختی به قلم رابرت استولرو و جرج اتوود [مترجم: مصطفی یونسی سینکی] توسط انتشارات ارجمند چاپ شده است، مراجعه کنید. [م]

2. thinking thing
3. Being

عاطفه‌پذیری، هم بیانگر احساس فرد و هم موقعیتی است که شخص در آن احساس می‌شود - احساسی از خودش در یک موقعیت، پیش از شکاف دکارتی بین درون و بیرون. از نظر هایدگر، *Befindlichkeit* - عاطفه‌پذیری آشکار - یک شیوه زندگی، بودن-در-جهان^۱ است که عمیقاً در زمینه سرشتی نهادینه شده است. مفهوم هایدگر بر وابستگی عمیق و حساسیت زمینه‌ای زندگی هیجانی انسان تأکید دارد.

تمرکز نظام‌مند من بر عاطفه‌پذیری با مقاله‌ای آغاز شد که با همسر فقیدم، دافنه سوکاریدس استولرو (سوکاریدس و استولرو، ۱۹۸۴/۸۵) نوشته شده بود، و هدف آن ادغام دیدگاه بیناذهنی در حال تکامل ما با چارچوب روان‌شناسی خود^۲ کوهوت بود. در بسط و بهینه‌سازی مفهوم «خود-ابژه»^۳ کوهوت (۱۹۷۱)، پیشنهاد کردیم که «عملکردهای خود-ابژه اساساً به ادغام عاطفه» در ساختمان خود-تجربه‌گری^۴ مربوط می‌شوند و نیاز به پیوندهای خود-ابژه «بیش از همه به نیاز برای پاسخگویی [پاسخگویی هماهنگ شده] به حالات عاطفی در تمام مراحل چرخه زندگی مربوط می‌شود» (ص. ۱۰۵). برای مثال، مباحث کوهوت پیرامون تمایل برای آینه‌سازی [و یا بازتاب]، به نقش هماهنگی قدرشناسانه در یکپارچگی حالات عاطفی گسترده اشاره دارد، در حالی که توصیف‌های او از تمایل ایده‌آل‌گرایانه نشان‌دهنده اهمیت حفظ و مهار هیجانی هماهنگ شده در ادغام حالات عاطفی واکنشی دردناک بود. تجربه هیجانی در همین مقاله ابتدایی، به صورت تفکیک‌ناپذیر از زمینه‌های

1. being-in-the-world

2. self psychology

3. selfobject

4. self-experience

بینادهنی هماهنگی و ناهماهنگی که در آن احساس می‌شود، درک شد. مطالعات متعدد در روان‌شناسی رشد و حتی نوروبیولوژی، اهمیت انگیزشی محوری تجربه عاطفه‌پذیری را تأیید کرده‌اند، چرا که در سیستم‌های مراقب-کودک به صورت رابطه‌ای شکل می‌گیرد (نگاه کنید به بیبه و لآخمن، ۱۹۹۴؛ دموس و کاپلان، ۱۹۸؛ لیختنبرگ، ۱۹۸۹؛ جونز، ۱۹۹۵؛ سندر، ۱۹۸۵؛ سیگل، ۱۹۹۹؛ دی. ان. استرن، ۱۹۸۵). درک تقدم انگیزشی عاطفه‌پذیری (Befindlichkeit) این امکان را به ما می‌دهد تا طیف وسیعی از پدیده‌های روان‌شناختی را که به طور سنتی کانون تحقیقات روان‌کاوانه بوده‌اند، از جمله تعارض روانی، تروما، انتقال و مقاومت، ناآگاهی، و کنش درمانی تفسیر روان‌کاوانه را مورد بررسی قرار دهیم.

در همان مقاله ابتدایی در مورد عواطف و کارکردهای خود-ابژه (سوکاریدس و استولرو، ۱۹۸۴/۸۵)، به ماهیت زمینه‌های بینادهنی که در آن تعارضات روان‌شناختی شکل می‌گیرد اشاره کردیم: «فقدان پاسخگویی هماهنگ و ثابت به حالات عاطفی کودک، منجر به انحراف قابل توجهی در ادغام عاطفه بهینه و تمایل به گسیختگی یا انکار واکنش‌های عاطفی می‌شود» (ص. ۱۰۶). تعارض روانی زمانی ایجاد می‌شود که حالات عاطفی مرکزی کودک را نتوان یکپارچه کرد، زیرا باعث ایجاد ناهماهنگی گسترده یا مداوم از سوی مراقبان می‌شود (استولرو، برندچاف و اتوود، ۱۹۸۷، فصل ۶). این حالات عاطفی غیر یکپارچه به منبع تعارض هیجانی مادام‌العمر و آسیب‌پذیری در برابر حالات آسیب‌زا تبدیل می‌شوند، زیرا هم به منزله تهدیدی برای سازمان

روان‌شناختی مستقر فرد و هم برای حفظ پیوندهای حیاتی مورد نیاز تجربه می‌شوند؛ از این‌رو، دفاع در برابر عاطفه ضرورت می‌یابد.

بدین‌سان، ترومای رشدی نه به‌صورت طغیان غریزی محتوای نامساعد دکارتی، بلکه به‌صورت تجربه‌ای از عاطفه تحمل‌ناپذیر در نظر گرفته می‌شود. علاوه بر این، همان‌طور که در فصل بعدی توضیح خواهم داد و روشن خواهم کرد، تحمل‌ناپذیری حالات عاطفی را تنها می‌توان برحسب نظام‌های مبتنی بر رابطه‌ای که در آنها احساس می‌شود، درک کرد (استولرو و اتوود، ۱۹۹۲، فصل ۴). ترومای رشدی از زمینه بیناذهنی شکل‌دهنده‌ای سرچشمه می‌گیرد که ویژگی اصلی آن ناهماهنگی نسبت به عاطفه دردناک است - فروپاشی سیستم تنظیم دوجانبه کودک-مراقب. این امر، منجر به از دست‌دادن ظرفیت یکپارچگی عاطفه کودک می‌شود و در نتیجه، به حالتی تحمل‌ناپذیر، درهم‌شکسته، بی‌نظم و مختل‌کننده می‌رسد. عاطفه دردناک یا هراسناک زمانی آسیب‌زا می‌شود که هماهنگی‌ای که کودک برای کمک به بردباری، بازداری و یکپارچگی به آن نیاز دارد، عمیقاً وجود نداشته باشد.

یکی از پیامدهای ترومای رشدی، که از نظر رابطه‌ای مورد بررسی قرار می‌گیرد، این است که حالات عاطفی معانی پایدار و ویرانگری به خود می‌گیرند. به واسطه تجارب مکرر ناهماهنگی، کودک این باور ناآگاه را کسب می‌کند که تمایلات رشدی‌اش برآورده نشده و حالات مرتبط با احساس دردناک واکنشی، به واقع بازنمایی‌های مرتبط با نقصی نفرت‌انگیز یا یک بدی درونی تفکیک‌ناپذیر هستند. خود-آرمانی^۱