

زندگی در مهاجرت و تاثیرات روانی آن در خانواده

دکتر محمد راه‌رخشان

مقدمه

در این بحث قبل از هر چیز این نکته مد نظر است که به زندگی فرد و خانواده در مهاجرت باید قدری واقعی تر نگاه کنیم. بسیاری از مشکلاتی که افراد مهاجر با آنها روبرو هستند و سهم بسیار زیادی در پیچیده کردن روابط بین فردی آنها دارد از جنبه نگاه غیر واقعی به زندگی در مهاجرت نشات می‌گیرد.

نقش اساسی مهاجرت در روند زندگی یک فرد به این است که مهاجرت چیزی است که ادامه زندگی گذشته را از امروز جدا می‌کند و در این حال پیوند گذشته به آینده تنها در یک پروسه درازمدت ممکن خواهد بود. هر چقدر گذشته یک فرد با حال و آنچه که در آینده انتظار دارد متفاوت‌تر باشد، و هر قدر طول این مرحله بیشتر باشد فشاری که فرد مهاجر در این مرحله تحمل می‌کند قویتر خواهد بود و از این‌راه **امنیت روانی** فرد با تهدیدهای جدی تری روبرو خواهد بود.

در میان مهاجرین پدیده‌ای بسیار شایع است (و دلایل روانی آن هم بخوبی شناخته شده‌است) که افراد مهاجر در ابتدای ورود خود به کشور میزبان یک دوره‌ای را از سر می‌گذرانند که در طی آن تصورات بسیار ناروشن و ساده شده‌ای از گذشته و حال خود درست می‌کنند و برای مثال جامعه‌ای را که از آن آمده‌اند یکپارچه می‌کنند (یا همه چیز آن را خوب می‌دانند و یا همه چیز آنرا بد) جامعه‌ای را هم که در آن زندگی می‌کنند باز یکپارچه تصور می‌کنند (یا همه بد هستند یا بسیار بهتر از ما) و اکثر اوقات سالیان سال اسیر بین این دو تصور می‌مانند. رفتار آنها در این دوره به این شکل قابل تعریف است که یا در رویا زندگی می‌کنند (رویایی به شکل مقامی که در گذشته داشته‌اند و آدمی که در گذشته بوده‌اند، و به محض فاصله گرفتن از آن رویا با بی هویتی روبرو شده و دوباره به همان رویا پناه می‌آورند) و یا در تلاشند تا بدون زحمت زیاد برای غربال کردن و صیقل دادن نورم‌های جامعه میزبان برخی از آنها را مثل لباس به تن کنند و بدون درنگ بعضی از نورم‌ها را جایگزین نورم‌های قدیم کنند، بدون اینکه پیوندی بین نورم‌های قدیم و جدید درست کرده‌باشند.

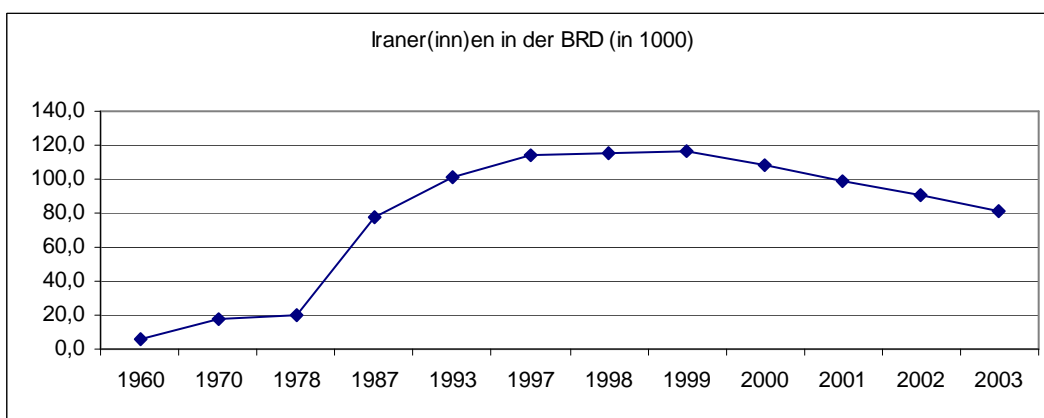
امکان دیدن تفاوت‌های افراد در کشور جدید و امکان دیدن بالا و پایین و چپ و راست جامعه در ابتدای مهاجرت بسختی ممکن است و شاید هم به این خاطر است که فرد برای اینکه در برابر جامعه جدید احساس امنیت بکند، یا خود را به همه ایرانیها پیوند می‌دهد و در این‌راه از ایرانیها یک گروه یکپارچه می‌سازد تا در برابر جامعه‌ای که آن را نیز یکپارچه می‌بیند تنها نماند. جامعه میزبان هم این حالت را

تقویت می‌کند و با یکدست کردن همه مهاجرین تحت عنوان «خارجی» همه تفاوت‌های بین فردی مهاجران را نادیده می‌گیرد و همه را با خصوصیات کلیشه‌ای قضاوت می‌کند.

ایرانی‌ها در آلمان

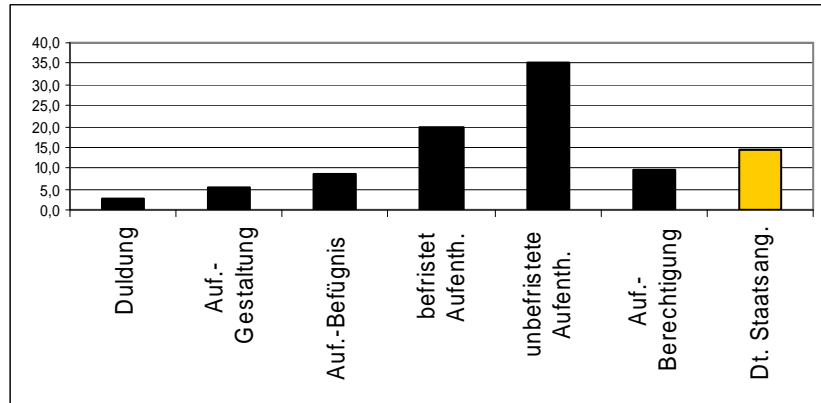
مبنای این بحث براساس تجربه‌های کار بالینی و کارهای تحقیقی من با ایرانیان ساکن آلمان است. بگذارید قبل از هر چیز از این نکته شروع کنیم که وقتی از ایرانیها صحبت می‌شود چه گروهی را با چه مشخصات آماری مد نظر داریم.

طبق آمارهای موجود در حال حاضر ۸۸ هزار ایرانی در آلمان زندگی می‌کنند که از این تعداد حدود ۵۰ هزار مرد و ۳۸ هزار زن هستند. ۲۵ هزار نفر ازدواج کرده و حداقل دارای یک بچه هستند و تعداد افراد مجرد حدود ۲۰۰۰۰ نفر است. پس از سالهای بعد از انقلاب ایران تعداد ایرانیهای مقیم آلمان بشدت از مرز ۲۰۰۰۰ نفر گذشت و در اواخر سالهای دهه ۹۰ به بیش از ۱۲۰ هزار نفر رسید. از آن بعد جمعیت ایرانیهای آلمان یک سیر نزولی را طی می‌کند و تا سال ۲۰۰۳ چیزی حدود ۲۰٪ از تعداد آن کاسته شده است.



نمودار شماره یک: تعداد ایرانیهای ساکن آلمان در طی سالهای ۱۹۶۰ الی ۲۰۰۳. منبع: انتشارات آماری آلمان ۲۰۰۴.

اکثر ایرانیهای آلمان بین سنین ۳۵ الی ۵۰ ساله هستند (۴۰٪) و افراد مسن‌تر ۲۵٪ و زیر ۳۰ الی ۲۰ سال ۲۰٪ و زیر ۲۰ سالها حدود ۱۵٪ از مهاجران ایرانی را تشکیل می‌دهند. در کل ۳۵۰۰۰ نفر داری اقامت نامطمئن هستند، ۴۵۰۰۰ نفر اقامت مطمئن و حدود ۱۵ هزار نفر تبعیت آلمان را دریافت کرده‌اند.



نمودار شماره ۲: وضعیت اجازه اقامت ایرانیها در حال حاضر (۲۰۰۵). تنها سه استوانه سمت راست نشاندهنده اقامت معتبر است که در این میان استوانه زرد رنگ تعداد ایرانیهای دارای تبعیت آلمانی را نشان می‌دهد.

همانطور که در نمودار شماره دو دیده می‌شود اکثریت قریب به اتفاق ایرانیهای ساکن آلمان دارای اقامت معتبر هستند (استوانه‌های ۵ و ۶ از سمت چپ، ۴۵۰۰۰ نفر) و تعداد چشمگیری نیز تبعیت آلمان را دریافت کرده‌اند (استوانه زرد رنگ، ۱۵۰۰۰ نفر).

در زمینه تحصیلات: حدوداً ۴۰٪ تحصیلات دانشگاهی دارند، ۳۰٪ دیپلم دبیرستانی و ۱۰٪ زیر دیپلم هستند. تعداد دانشجویان ایرانی در آلمان در حال حاضر حدود ۶۰۰۰ نفر است که در طی سالهای گذشته هم تقریباً همین تعداد بوده است. تعداد بچه‌هایی که در اینجا بدنیا آمده و به مدرسه می‌روند یا در اینجا بزرگ شده‌اند حدود ۱۰۰۰۰ نفر است.

در زمینه شغلی آماری وجود ندارد، فقط یک آمار هست که براساس آن چیزی حدود ۷٪ دارای شغل‌هایی هستند که می‌شود گفت استخدامی هستند. در چند تحقیقی که در باره ایرانیها صورت گرفته‌است، نشان داده شده‌است که در رتبه اول وضعیت مالی و بعد وضعیت شغلی بعنوان مشکل‌ترین مسائل از طرف ایرانیها ذکر شده‌است.

واقعی دیدن زندگی در مهاجرت

در تجربیات کار بالینی با افراد و خانواده‌های ایرانی به این نتیجه رسیده‌ام که وقتی به مشکلات و بحرانهای زندگی در مهاجرت نگاه می‌کنیم باید دو سطح را از هم تمیز بدهیم:

الف) یکی از این دو سطح مربوط می‌شود به آمدن از یک سیستم اجتماعی - فرهنگی و پیوستن به یک نوع زندگی دیگر، یعنی روبرو شدن با شرایط تغییر یافته‌ای که تاثیرات و خصوصیات خود را دارد.

ب) سطح دیگر مربوط می‌شود به ارزش گذاری و سنجش این تغییرات و توانایی‌های فرد برای دادن پاسخ‌های کارآمد به نیازهای جدید برای زندگی در دل این تغییرات.

واقعیت این است که با روی آوردن به زندگی در کشوری جدید ابتدا همه چیز برای فرد در مقایسه با گذشته به یکباره تغییر کرده و فرد با آنها بیگانه است و فقط از طریق ذهنیت خود با دنیای جدید رابطه دارد. رفتارها و قابلیت‌هایی که تا به امروز در عمل برای وی کارآمد بودند به یکباره کارایی خود را از دست داده‌اند. در این حال دوره‌ای شروع می‌شود که اساس و نیاز آن بر یادگیری دوباره استوار است، یادگیری دوباره هر چیزی، از خرد گرفته تا کلان. به لحاظ روانی فرد مهاجر در این دوره تبدیل به کودکی می‌شود که باید همه چیز را از نو بیاموزد، چون زبان، رفتار، ارزش‌ها و غیره دیگر آن نوعی نیستند که تا کنون بوده‌اند و برای رابطه با دنیا و افراد کارایی خود را ثابت نکرده‌اند. از طرف دیگر شناخت فرد مهاجر از امکانات اجتماعی شدن جدیدش بسیار محدود است و راه‌های ورود به زندگی در جامعه جدید نیز اساساً با سدهای اقتصادی، سیاسی، اجتماعی و فرهنگی زیادی روبرو است. در دل این واقعیت، نوع ارزش‌گذاری و سنجش این تغییرات از یک طرف و نوع جواب‌های فرد به نیازمندیهای جدید از طرف دیگر تعیین می‌کنند که رابطه بین ذهنیت و واقعیت (رابطه بین دنیای درون و بیرون) در وی چگونه شکل بگیرد.

در ادامه این صحبت می‌خواهم به این برسم که گرایش به واقعیت در این دو سطح در زندگی خانواده در مهاجرت چه معنایی دارد.

خانواده به شکل یک سیستم

وقتی که از خانواده صحبت می‌کنیم، لازم است در نظر بگیریم که خانواده را اعضای آن، مانند مادر، پدر و فرزندان می‌سازند، ولی خانواده تنها برابر اعضاء آن نیست. یعنی خانواده مساوی افراد خانواده نیست. خانواده یک سیستم ارتباطات بین افراد است. وظیفه این سیستم ارتباطات این است که چیزهایی را به شکل خوراک در رابطه بین افراد آن سیستم به جریان بیاورد. این سیستم ارتباطات را می‌شود به لحاظ روانی به شکل ارتباطات فکری و عقلانی، به شکل ارتباطات احساسی و هیجانی و به شکل ارتباطات رفتاری طبقه بندی کرد. اعضاء هر خانواده‌ای فقط از راه ارتباطی که باهم دارند از حال و روز یکدیگر

باخبر می شوند و بخاطر اطلاع از هم و پی بردن به موقعیت خود در سیستم خانواده، ارزشهایی را که در درون و بیرون از خانواده وجود دارند در فرد خود درونی می کنند. یعنی این ارزشها را صیقل می دهند، آنها را مطابق میل و نیاز خود در می آورند و از این راه آنها را به معیارهای زندگی خود تبدیل می کنند. با این کار، یعنی با تبدیل تدریجی این ارزشها به معیارهای شخصی خود هر فرد در خانواده به نقش و جایگاه خود در سیستم خانواده و روابط خانواده با سیستم های دیگر مثل مدرسه، محیط کار و جامعه دست پیدا می کند. و تنها از راه سیستم ارتباطی که وجود دارد هر فرد بر دیگر اعضای خانواده تاثیر می گذارد. با این وصف جایگاه فرد در خانواده بستگی به سه چیز دارد: به هویت و کیفیات شخصیتی هر فرد، به نقشهای افراد در درون خانواده و بستگی دارد به روابط خانواده با سیستم های دیگر در جامعه. هر سیستمی را از جمله سیستم خانواده را می توان به یک موجود زنده تشبیه کرد. می دانیم که اساسی ترین خصوصیات موجود زنده قابلیت تغییرپذیر بودن و تکامل و رشد و نمو آن است. ما وقتی به موضوع تغییرات و تاثیرات بر خانواده نگاه می کنیم ابتدا در افراد خانواده بدنبال آنها نمی گردیم بلکه به سیستم روابط افراد با یکدیگر و با نهادهای جامعه توجه می کنیم. به این خاطر که خانواده یک موجود زنده است حالات و کیفیات روانی- اجتماعی اعضای یک خانواده شکل ثابتی ندارند و دائم در حال تغییر هستند. بخاطر همین تغییرات است که در هیچ خانواده ای احساسات اعضای آن نسبت به هم، افکار و مواضع آنها و رفتارهای آنها در برابر هم در طول زندگی مشترکشان ثابت نمی ماند.

از این گفته به این نتیجه می رسیم که سیستم خانواده در کنار سیستم های دیگر در هر جامعه ای در تحول دائم بسر می برد و همواره برای بغاء سالم خود نیاز به این دارد که از یک طرف یک نوع توازن در رابطه درونی خودش (یعنی بین اعضای خود) و از طرف دیگر با دیگر نهادها و سیستم های جامعه برقرار کند. برای اینکه خانواده ای بتواند در طول بالا و پایین شدنها در این تغییرات، همواره یک حالت توازن را برقرار کند لازم دارد که خود را بر تغییرات بیرونی و درونی خود منطبق کند. و لازمه منطبق شدن بر این تغییرات، انعطاف پذیری اعضای خانواده در راه کسب مهارتها و توانایی های ارتباطی بین خود است.

بنابر این نتیجه می گیریم که هر تغییری که در سیستم خانواده و یا در رابطه فرد و خانواده با نهادهای جامعه صورت بگیرد طبیعتا تاثیرات خود را بر همه آنها بجای می گذارد. مثلا با در نظر گرفتن موضوع صحبت ما که تغییرات شرایط زندگی در مهاجرت و تاثیرات روانی آن در سیستم خانواده است، با صراحت می توان گفت که تغییرات وسیع محیط زندگی تاثیرات عظیمی را در فرد و خانواده بجای می گذارد.

بسیاری از تحقیقات روانشناسی مهاجرت نشان می دهند که زندگی در مهاجرت توام با تنشهای (استرسهای) بسیار شدید و دائمی است، که مبنای این تنش ها روبرو بودن با دنیایی است که بسیاری از افراد و خانواده هایی که به مهاجرت روی می آورند برای روبرویی با آن امکانات فردی و سیستم خانواده گی مناسبی را در ندارند. در این حال جامعه میزبان هم شانس برابر را به آنها نمی دهد. و بعد از یک دوره طولانی که با این شرایط دست و پنجه نرم می کنند به انواع آزردگی ها و رنجشهایی مبتلا می شوند که نهایتا به اختلالهای روانی و روان- تنی مختلف می انجامند. در این میان ازهم پاشیدن سیستم خانواده و روی آوری به انواع اختلالات اجتماعی بسیار شایع است.

قصدها را ندارم که به تک تک چیزهایی اشاره کنم که بعنوان سؤال و مشکل در سر راه زندگی مشترک و خانواده گی در مهاجرت سبز می شوند. بجای اینکار می خواهم یک نوع دیدی را به شما معرفی کنم که کمک می کند تا هر خانواده ای را از زمان شکل گیری زندگی مشترک تا به آخر در کنار پنج سؤال اساسی مربوط به فازهای زندگی شناخت. این پنج سؤال که فازهای مختلف تکامل خانواده را نشان می دهند به نظر من برای هر خانواده ای مستقل از اینکه در کجا زندگی می کند و دارای چه ملیتی است مطرح است. ولی تا به آنجا که به زندگی در مهاجرت بر می گردد این نکته بسیار تعیین کننده است که خانواده در کدام یک از این دوره ها و یا فازهای تکامل خود به زندگی در خارج کشور روی می آورد و اینکه با سؤوالهای مربوط به دوره های قبل و یا فازهای قبل چطور کنار آمده است. برای تشریح این موضوع می خواهم با هم روندی را که در آن زندگی مشترک بین زن و مرد شروع می شود و بعد یک خانواده شکل می گیرد قدری ورا انداز کنیم. اسم اینکار را می توانیم بگذاریم: نگاهی به پروسه تکامل خانواده.

زن و مردی را در نظر بگیرید که هر کدام در خانواده پدری شان بزرگ شده اند. هر کدام شخصیت رفتاری خود را دارند. و شرط را بر این بگذاریم که هر کدام با سؤوالهای رشد و هویت یابی فردی خود تا آنزمان تا حد سازنده ای کنار آمده اند. در این حال زمانی که به هم می رسند از رمز و راز شخصیت یکدیگر خبر ندارند. و مرزهای زیادی «من من» و «توی تو» را از هم جدا می کنند. اما این مرزها اول اصلا معلوم نیست. چون نقطه اشتراکشان در ابتدای رابطه مشترک علاقه و عشق به یکدیگر است. عشق برای زندگی مشترک زن و مرد مانند استارت ماشین است. اگر قرار باشد که از اینجا به خانه دوستان بروید در ماشین می نشینید و آنرا استارت می زنید. اما برای اینکه حتما و به سلامت به آنجا برسید تنها اینکه بلد باشید ماشین را استارت کنید کافی نیست. به هر حال عاشق شدن استارت زندگی مشترک است و از آن بعد چیزهای دیگری لازم است تا بتوانید هم باهم باشید و علیرغم آنکه باهم هستید رابطه تان هم سلامت بماند. این نکته را فاکتور می گیرم که همه زندگی ها به یک نوع شروع نمی شوند و مبنای همه زندگی های مشترک عشق نیست. ولی به هر حال همیشه یک نوع استارتی وجود دارد. بعضی وقتها دارائی و یا مقام طرف مقابل استارت می شود؛ بعضی وقتها نیاز سکس، بعضی وقتها خواست جد شدن از پدر و مادر و یا ازدواج و تشکیل خانواده و چیزهای دیگر نقش این استارت را بازی می کنند.

۱) وقتی که استارت زندگی مشترک زده شد یک مرحله ای در زندگی زن و مرد شروع می شود که از آن بعد رفته رفته تفاوتها همدیگر را کشف می کنند؛ و این تفاوتها مبنای اصطحاکهایی می شوند. این اصطحاکها در این مرحله معمولا از دوقطبی هایی نشات می گیرند مانند: «من و تو، کی من و تو هستیم، و کی ما؟» (به همین قیاس: خانواده من و خانواده تو، مسئولیت من و مسئولیت تو، من من و من

تو و چیزهایی از این قبیل، همه گی باید دوباره تعریف شوند و جایگاه جدیدی به آنها داده شود). سوالی را که زن و مرد در تمام اصطحکاکهای این دوره با آن روبرو هستند این است که «جنس و کیفیت رابطه های ما باید از چه نوع باشند تا هرکدام ارزش و جایگاهی را که می خواهیم بدست بیاوریم». طبیعی است که هر آدمی در زندگی مشترک ارزش ها و جایگاههای خودش را می خواهد، و هم در این خواست و هم در راههای رسیدن به آنها هر فردی متفاوت از دیگری است. به هر حال لازمه رسیدن به این ارزشها و جایگاهها در زندگی مشترک در گرو پاسخهای کارآمدی است که در انتهای یک دوره زن و مرد را به یک نوع اینتگراسیون برسانند. و این اینتگراسیون نیاز این دوره است. اینتگراسیون به این معنا که: زن و مرد ببینند که هرکدام تفاوتهایی را با یکدیگر دارند و در کنار این تفاوتها به چه مهارتهایی احتیاج دارند تا به هم پیوسته بمانند. در غیر این صورت اصطحکاکهای این دوره شکل جنگ قدرت پیدا می کنند. چرا که یکی جایگاهی را که می خواهد بدست نمی آورد و دیگری از جایی که تکیه داده است پایین نمی آید.

۲) خیلی موارد هنوز سؤال دوره قبل به هیچ سرانجامی نرسیده است که دوره دیگری شروع می شود و آن زمانی است که زن و مرد بچه دار می شوند. در حقیقت با بچه دار شدن است که تازه خانواده شکل می گیرد. تا به این دوره سؤال این بود که هرکدام از ما چه جایگاهی را در کنار یکدیگر داریم؛ در این دوره سؤال اساسی این است که «هرکدام از ما دو نفر چه رابطه و مسئولیتی را در قبال این محصول مشترکمان داریم». به گفته دیگر هرکدام ما تا چه حد به بلوغ فردی رسیده ایم و آماده گی پرورش موجود دیگری را داریم. اول از همه کاملاً مشخص است که اگر سؤال دوره اول پاسخی درخور نگرفته باشد، یعنی زمانی که زن و مرد هنوز هویت خود را در رابطه باهم پیدا نکرده اند همه اصطحکاکهای مرحله قبل به این مرحله هدایت می شوند و کار جواب دادن به نیازهای تکامل خانواده را در این دوره نیز با بحرانهای جدی روبرو می کنند. اغلب زن و مردهای ایرانی به این شکل رفتار می کنند که در اثر فشارهای دوره اول به پیش نهاد ریش سفیدها و یا مو سفیدهای خانواده و یا با گوش کردن به سنت و عادات دوره دوم را بعنوان یک راه چاره برای اصطحکاکهای دوره اول به پیش می کشند: «بچه دار که بشی همه این مشکلات تمام می شن».

با بچه دار شدن تغییرات زیادی در رابطه زن و مرد شروع می شوند. اول این است که زن، برای مرد دیگر فقط زن نیست، تبدیل می شود به مادر؛ مرد هم برای زن فقط مرد نیست، می شود نان آور خانه. (بعضی ها هم همدیگر را مامانی و بابایی صدا می کنند). در این میان جذابیت جنسی اولین چیزی است که از این راه بشدت تحت تاثیر قرار می گیرد. برای مثال در نظر بگیرید که سینه زن که تا به آن زمان سمبل سکس بود یکهو تبدیل می شود به ارگان غذای بچه. و در بسیاری از موارد موضوع جذابیت جنسی مبنای مشکلات زیادی می شود.

رشد بچه در درون خانواده از یک طرف می تواند پروسه تکامل خانواده را تقویت کند ولی از طرف دیگر زن و مرد را همواره بر سر سئوالهایی قرار می دهد که هرکدام جوابهای خودشان را می خواهند. راستای این سئوالها این است که آیا زن و مرد بر سر اصول تعلیم و تربیتی خود به یک نوع اینتگراسیون رسیده اند یا خیر. آیا هر دو برای رسیدن به اهداف تربیتی مشابه ای فعالیت می کنند یا خیر. پس می بینیم که رسیدن به نوعی از اینتگراسیون در رؤس تربیتی، چیزی است که باید با اتکاء به آن پاسخ های کارآمد به نیازمندیهای این مرحله داده شود. طبیعتاً رسیدن به این نوع اینتگراسیون توسط انسانهای بالغی که هرکدام جایگاهی در رابطه باهم دارند عملی است. وقتی یک طرف، طرف دیگر را اساساً فاقد صلاحیت بدانند و یا وقتی که طرف مقابل واقعاً اینطور باشد، جواب به نیازمندیهای این دوره راه دیگری را طی میکند. وقتی سئوال اصلی این فاز جواب کارآمدی نگیرد نتیجه این می شود که زن و مرد با رفتارهایشان از بچه هایشان یارگیری می کنند و یک نوع جنگ قدرتی را که بین خودشان در جریان است به رابطه با بچه ها نیز می کشانند.

۳ مرحله و یا فاز سوم در روابط خانواده به زمانی بر می گردد که بچه ها به سن بلوغ می رسند. در این مرحله است که نوجوان در خانواده با بحرانهای عمیق مربوط به رشد خود روبرو است و برای مواجهه با آنها تا آنجایی که به پروسه تکامل خانواده بر می گردد، این سئوال مهم است که **«آیا مادر و پدر خود در زندگی و روابط با یکدیگر از عمق و استحکام هویتی ای برخوردار شده اند که بتوانند برای نوجوان نقش حامی را بازی کنند»**. اغلب دیده می شود که پدر و یا مادر در کنار نوجوان یا شروع به دوباره از سرگذراندن دوره ای می کنند که مربوط به نوجوانی خود آنها بوده است و یا سرسختانه به قوانینی که خود در دوره نوجوانی به آنها اعتقاد داشتند پناه می برند. که به هر حال نمی توانند حامی نوجوان باشند. بطور بر جسته ای هم دیده می شود که در مهاجرت این نوجوانان هستند که مادر و پدر را با جامعه میزبان آشنا می کنند؛ حال اگر نخواهیم بگوییم که بار اجتماعی شدن مادر و پدر را بدوش می کشند. وقتی نوجوان در پاسخ گفتن به سئوالات رشد خود در این دوره نمی تواند بر استحکام هویتی پدر و مادر اتکاء کند، تضادهای بیرون و درون شدت بیشتری می گیرند و این کار باعث نوعی برش نوجوان از خانواده می شود که مسائل خاص خود را بدنبال می آورد.

۴ پس از این فاز دوره ای شروع می شود که خانواده در روند تکامل خود یک نوع فاز جدایی را از سر می گذراند. بچه ها بزرگ شده اند و هر کدام بر مسیر زندگی خودشان قرار گرفته اند. زن و مرد نیز در این دوره مشغول بیابانگرفتن از زندگی فردی شان می شوند. سئوال این دوره برای زن و مرد به این شکل مطرح می شود که هرکدام از خود می پرسند: **«آیا در زندگی تاکنونی ام انسان موفقی بودم، آیا همانطور که می خواستم زندگی و کار کرده و تصمیم گرفته ام؟»** بعنوان خانواده با این سئوال روبرو هستند که **«آیا در پرورش بچه هایمان موفق بوده ایم»** و سئوالاتی از این

دست که همگی به مفهوم و معنای زندگی در نظر آنها بر می گردند. بسته به جوابی که به این سؤالات داده شود، زن و مرد هویت فردی و هویت خود را در راه تکامل تا به آنروزی خانواده تعیین می کنند و از آن تاثیر می گیرند. در این دوره است که بسیاری شروع می کنند تا خطاهای زندگی خود را جبران کنند. به این نکته باید در مهاجرت این خصوصیت را اضافه کرد که راه و امکان جواب گفتن و جبران خلاء های احساس شده وسیع نیست.

۵) بدنبال این فاز نهایتاً مرحله ای آغاز می شود که فعالیتهای روزمره و شغلی زن و مرد کاهش می یابند، بچه ها از خانه رفته اند، و برای زن و مرد تامین بودن زندگی سالمندی شان در درجه اول اهمیت قرار می گیرد. در این دوره بیماری ها و دردهای ناشی از کهولت سنی فشار می آورند. فکر به آینده سهم زیادی در زندگی ندارد و بیشتر نگاه کردن به چیزهایی که تاکنون بوده است اوقات روز آنها را پر میکند. مهمترین سؤال این دوره این است که در عین حال «نیاز به فعالیتهای، سرگرمی ها و ارتباطاتی که از طریق آنها بتوانند وجود خود را حس کنند و به نوعی امنیت روانی دست پیدا کنند بسیار برجسته می شود». بسته به جوابهایی که به این نیاز این دوره داده می شوند سلامت روانی و سعادت زندگی این دوره زن و مرد رغم می خورد.

حال اگر سؤوالهای اساسی مراحل گذشته نیز به نوعی هنوز کاملاً حل نشده باشند، رد و اثر خود را در اینجا نیز نشان می دهند؛ فشار روبرو شدن با سؤالات این دوره را نیز تقویت می کنند و امکان ابتلاء به افسرده گی را در این دوره بسیار شدیدتر می کنند.

پنج فازی را که تا به اینجا توضیح دادم، فازهایی هستند که خانواده و افراد درون این سیستم در هر جای این دنیا که زندگی می کنند با آنها روبرو هستند. در هر فرهنگی اول برای دریافت و درک سؤوالهای اساسی هر کدام از این فازها و بعد برای روبروشدن و جواب دادن به آنها دستاوردهایی وجود دارند که در نهایت تفاوت فرهنگی سیستم خانواده و تفاوت شکل آنها می سازند. به این نکته هم اشاره کنم که در دوره ای که ما در آن زندگی می کنیم بقدری فرهنگهای مختلف با یکدیگر ادغام شده اند و یا حداقل بر یکدیگر تاثیر گذارده اند که نمی شود آدمهای یک فرهنگ را در کل از آدمهای فرهنگهای دیگر جدا کرد. برای مثال رابطه زن و مرد در جامعه ایران هم دیگر به شکل دوران قاجار نیست که زن همیشه خاموش و مرد فقط سالار باشد. به همین قیاس هم در کل دنیا اساس و شکل خانواده در حال تغییر است، هر چند که فاکتورهای تعیین کننده این تغییرات و میزان و شدت آنها با هم تفاوت داشته باشند.

قبلاً اشاره کردم که به نظر من برای دیدن اینکه مهاجرت چه تاثیری بر روابط خانواده می گذارد، توضیح این نکته بسیار تعیین کننده است که یک خانواده در کدام یک از فازهایی که نام بردم به مهاجرت روی می آورد و تا به آن مرحله با سؤوالهای فازهای قبلی اش به چه صورتی کنار آمده است. بیشتر موارد

نشان می دهند که سئوالات فازهای قبلی همینطور بدون پاسخ مانده اند. اساساً نتیجه تحقیقاتی که در این زمینه صورت گرفته و هم تجربه های کار بالینی من با مراجعین فارسی زبان نشان می دهند که مشکلات غیرقابل حل در روابط بین فردی در اینجا شروع نشده اند، بلکه این مشکلات در مهاجرت ادامه یافته و بخاطر شرایط ویژه بعنوان مهاجر تقویت شده و راه دیگری را می روند.

اینکه فرد و یا خانواده در این شرایط شدیداً تغییر یافته، بعد از مدتی دست و پنجه نرم کردن با فشارهای ناشی از این تغییرات به اختلال و از هم پاشیدگی برسند یا نه بستگی به چیزهای زیادی دارد که باید دست به دست هم بدهند. نتایج تحقیقات در این زمینه نشان می دهند که فاکتورهای محیطی و فاکتورهای فرهنگی از یک طرف و فاکتورهای هویت و شخصیت فرد مهاجر از طرف دیگر تعیین کننده هستند و نشان می دهند که فرد و خانواده در مهاجرت تنها زمانی که امکانات مناسب برای روبرو شدن با این شرایط را ندارند و برای مهیا کردن این امکانات هم گام های لازم را بر نمی دارند در زنجیره به هم پیوسته ای از فشارها قرار می گیرند که خطر سلامتی روانی آنها را افزایش می دهند.

پرداختن به این که فاکتورهای محیطی، فرهنگ و شخصیت فرد مهاجر و تشریح آنها جا و زمان خودش را می خواهد. در این قسمت از صحبتها می خواهم در انتهای این صحبت به یکی از غالبهای اصلی در تفاوت های فرهنگی بین فرهنگ ایران و غرب اشاره می کنم که به نظر من در شدت دادن به مشکلات و شکل گیری اختلالات روان- تنی و صدمه زدن به سیستم خانواده در فازهایی که به آنها اشاره کردم نقشهای اساسی بازی می کنند و بشدت در غالب رفتارها و اعتقادات فردی توازن و پایداری زندگی را در مهاجرت مختل می کنند.

مشخصه تمام فازهایی را که نام بردم سئوالهای اساسی هر دوره است که همگی آنها به شکل دوقطبی هستند؛ و گفتم که جواب کارآمد به این دوقطبیها (سئوالات) جوابی است که به یک نوع تعادل و یا بهتر بگویم اینتگراسیون خواستها، نیازها، اهداف و تمایلات افراد خانواده بیانجامد. یکی از دوقطبیهای برجسته ای که در طول این فازها همیشه خود را نشان می دهد دوقطبی فرد و خانواده است. می توانیم نام آنرا بگذاریم استقلال شخصی افراد خانواده و وابستگی آنها به یکدیگر.

وقتی این دوقطبی را در نظر بگیریم کاملاً پیداست که بدون اتکاء و وابستگی به هم، هیچ رابطه ای بوجود نمی آید و در عین حال بدون استقلال شخصی افراد خانواده هر رابطه ای پر از اصطحکاک خواهد بود. بدون وجود وابستگی، افراد خانواده تنها افرادی خواهند بود که در زیر یک سقف زندگی می کنند و بدون استقلال شخصی هر کدام قربانی دیگری هستند. حال نگاه کردن به این نکته جالب است که برای رسیدن به تعادل و اینتگراسیون لازم در هر کدام از این پنج فاز، داده های فرهنگی ایران و غرب هر کدام چه دستاوردهایی را در اختیار این دو قطبی قرار می دهند.

دستاوردی‌هایی را که فرهنگ ایران بعنوان یک فرهنگ وابسته به جمع در اختیار قرار می‌دهد به شکل پند و اندرزهایی هستند که آدمها بشدت به آنها اعتماد دارند و برای آنها اعتقاداتشان را تشکیل میدهند. این اعتقادات را می‌توان در این جمله‌ها پیدا کرد:

تواضع و فروتنی نشانه بزرگی است.
بردباری بهترین سرمایه هاست.
اطاعت از بزرگتر از واجبات است.
صبر و تحمل نشان پختگی است.
پرهیز از جر و بحث زندگی را زیبا می‌کند.
دوری از رقابت رابطه را پایدار نگاه می‌دارد.
اطاعت از یکدیگر و داشتن رفتارهای مسالمت آمیز شرط زندگی سالم است.

به همین سیاق هم وقتی از زن و مرد بپرسید چه چیزهایی باعث شدند که در ابتدای زندگی مشترک به هم علاقمند شوید، اکثرا این جواب را می‌شنوید: «فکر می‌کردم همه چیز ما به هم می‌خورد و بر سر همه چیز تفاهم داشتیم. ولی بعدها کم کم خودش را نشان داد».

وقتی به فرهنگ غرب رجوع می‌کنید میبینید که روابط افراد با یکدیگر بیشتر بر اصل پویایی رفتار استوار است. تفاهم با یکدیگر لازم است ولی شرط مطلق نیست. بلکه داشتن تفاوت‌های فردی در افکار، در عمل و در احساس تقریباً چیز جافتاده‌ای است. به همین خاطر هم تلاش و آماده‌گی برای «درست کردن تعادل و ایتنگراسیون از راه جروب‌بحث‌های سازنده» کاری بسیار پسندیده است. کسانی هم که با مشکلاتی در این زمینه برخورد می‌کنند به کلاس‌های کمونیکاتسیون و خانواده درمانی می‌روند تا راه‌های ابراز وجود و گفتگوی با هم را بیاموزند. به همین قیاس هم چیزهایی را که در زندگی در جامعه جدید در تناقض با دستاوردهای فرهنگ ایرانی قرار می‌گیرند را می‌توان در این اصول دید: «تاثیرگذاری و تاثیرپذیری»، «تغییر دادن خود و رابطه خود با محیط»، و «ارتقاء مهارت‌های فردی و اجتماعی برای بهتر روبرو شدن با تغییرات و بحران‌های رابطه».

به همین خاطر فرهنگ غرب بیشتر عادت دارد که برای رفع مشکلات بین فردی به رابطه موجود بین افراد نگاه کند و فرهنگ سنتی به این می‌پردازد که آیا افراد در رعایت وظایف خود نظیر بردباری و غیره کوشا بوده‌اند یا نه. در همین رابطه می‌توان عکس‌العمل‌های افراد ایرانی را زمانی که چیزی در رابطه برایشان تولید مشکل می‌کند به آدمی تشبیه کرد که جلوی آینه می‌ایستند و در آینه متوجه لک در صورت خودشان می‌شوند. دستمالی بر می‌دارند و می‌خواهند آن لک را از آینه پاک کنند و معتقدند: «اگر من رنج می‌برم بخاطر طرف مقابل است. اگر طرف مقابل یک آدم دیگری بشود من دیگر رنج نخواهم برد».

بعنوان نکته آخر و در ارتباط با اینکه گفتم برای سنجیدن تاثیر مهاجرت بر زندگی فرد و خانواده باید دید که فرد و خانواده در کدام یک از فازهای تکامل خانواده به مهاجرت روی می آورند این نکته را هم بگویم که طبق بسیاری از تحقیقات در این زمینه بزرگترین بحرانها در زندگی در مهاجرت زمانی است که فرد مهاجر یا در فاز نوجوانی و یا در فاز بزرگسالی به مهاجرت روی می آورد.

در فاز نوجوانی به هر حال نوجوان با بحرانهای شدید رشد روبرو است و شرایط ناآشنا وی را شدیدتر بر سر تضادهای موجود فرهنگی قرار می دهد. در این حال جهت یابی خود را از دست می دهد و پاسخ گفتن به سئوالهای اساسی رشد وی مختل می شود.

فاز بزرگسالی زمانی است که فرد به سنین ۴۵ الی ۵۰ سال رسیده است و مشغول بیلانس گرفتن از زندگی تا به آن زمان خود می شود. در این فاز فرد با آمدن به مهاجرت می بیند که در جامعه میزبان امکانات جبران و رفع خلاءهای موجود در رشدش به خاطر عدم برخورداری از شانس برابر با اهالی بومی یا امکان پذیر نمی شود و یا تا حد زیادی محدود است و فرد خود را موجودی ارزیابی می کند که بسیاری چیزها را باخته و امکان تغییر آنها را نیز ندارد.

طبق آمارهای موجود، ۴۵٪ از ایرانیهای ساکن آلمان در این گروه سنی بزرگسالی قرار دارند. ولی در عین حال نتایج تحقیقات من و یکی دیگر از همکارانم در این باره نشان می دهند که افراد این گروه سنی به دلیل اینکه سالهاست در آلمان بسر می برند و به دلیل تلاشی که در اینتگراسیون در جامعه آلمان صورت داده اند در مقایسه با دیگر گروه های مهاجرین در آلمان دارای حد صدمات روانی کمتری نسبت به گروه جوان تر هستند.

جمع بندی

در طول این صحبت سعی کردم مدام به این نکته اشاره کنم که در تک تک فازهایی که سیستم خانواده از سر می گذراند نیاز شدیدی به پاسخ های کارآمد برای نیازمندیهای اساسی هر فاز وجود دارد تا هر خانواده ای بتواند از دل بحرانهایی که ذاتی سیستم خانواده هستند سالم بیرون بیاید. در این قسمت می خواهم با ربط این موضوع به موضوع زندگی خانواده در مهاجرت چند نکته را بیشتر روشن کنم:

اول اینکه زندگی بدون بحران فقط یک تصور ذهنی است. هر بحرانی محصول روبروشدن با تغییرات است، زمانی که تغییرات جوابهای کارآمد نگیرند. به این معنا در دل هر بحران یک نوع شانس تکامل رابطه نیز وجود دارد که این شانس در شرایط زندگی در مهاجرت نیز همین طور است.

دوم اینکه تنها با جوابهای کارآمد به بحرانهای هر دوره از تکامل خانواده می توان انتظار سالم ماندن روابط را داشت. بنابراین شادابی خانواده نه با دوری از بحران بلکه با جوابهای افراد خانواده به بحرانها بدست می آید.

سوم اینکه جوابهای کارآمد به بحرانها تابع قوانین زندگی واقعی هستند و تنها از راه تلاش برای نوعی از اینتگراسیون افراد خانواده در درون این سیستم بدست می‌آیند.

چهارم اینکه در نوع جوابهایی که به هر بحران داده می‌شود تا حدود زیادی تفاوت‌های فرهنگی نقش بازی می‌کنند و اینرا زمانی بهتر می‌توان دید که آدم در فرهنگ دیگری زندگی می‌کند. ولی تفاوت‌های فرهنگی نیز همان نقشی را دارند که تفاوت‌های فاحش بین زن و مرد مثلا در زمینه تحصیلات آنها در طی زندگی مشترکشان بازی می‌کنند.

پنجم اینکه وقتی که خانواده در شرایط مهاجرت زندگی می‌کند با محدودیتهایی روبرو است که اتفاقا بخاطر همین محدودیتهای احتیاج به باز بودن و تلاش برای اینتگراسیون در محیط جدید را دارد. برای اینکه از اینراه پروسه تکامل خود را آگاهانه طی کند..

(هامبورگ، ۲۰۰۶)