

مهاجرت و هویت
آشفتگی، درمان و تحول

۱۱	پیشگفتار
۱۵	بخش ۱: مهاجرت
۱۷	۱: متغیرهای روانی اجتماعی مرتبط با مهاجرت
۱۸	جزئیات و دلایل مهاجرت
۲۰	دسترسی به سوخت گیری مجدد
۲۵	منش قبل از مهاجرت
۲۸	میزان تفاوت‌های فرهنگی
۳۴	تولد بچه‌ها
۳۷	تأثیر جنسیت
۳۸	ازدواج و مهاجرت
۴۳	خلاصه
۴۵	بخش ۲: هویت
۴۷	۲: تکامل، پدیدارشناسی و ارتباط بالینی با هویت
۴۸	تکامل تاریخی مفهوم هویت
۵۵	نوجوانی
۶۲	پیوستگی زمانی
۶۳	اصالت
۶۴	جنسیت
۶۴	قومیت و وجدان
۶۵	ارتباط بالینی

- ۳: چهار مسیر در تغییر هویت متعاقب مهاجرت ۷۱
- از عشق یا نفرت به سوی دودلی ۷۲
- از نزدیک یا دور به سوی فاصلهٔ بهینه ۷۶
- از دیروز یا فردا به سوی امروز ۸۰
- از مالِ تو یا مالِ من به سوی مالِ ما ۸۵
- بخش ۳: درمان بین‌فرهنگی ۹۵
- ۴: روانکاو و روان‌درمانی تحلیلی ۹۷
- دستورالعمل‌های تکنیکی ۹۸
- حفظ بی‌طرفی فرهنگی و اجتناب از تله‌های انتقال متقابل ۹۹
- تطبیق عقاقلانهٔ چارچوب درمانی با تفاوت‌های فرهنگی ۱۰۱
- اتخاذ موضع رشدی و انجام دادن کار رشدی ۱۰۴
- آشکار کردن و تفسیر توجیه‌کردن‌های فرهنگی ۱۰۶
- در مورد تعارضات درون‌روانی و واکنش‌های انتقال ۱۰۶
- اعتباربخشی به احساسات ناشی از جابه‌جایی و تسهیل سوگواری ۱۰۸
- تفسیر کارکردهای دفاعی نوستالژی و همچنین دفاع‌ها در برابر ظهور نوستالژی ۱۰۹
- پذیرش فردیت به‌ظاهر نامطلوب و مشارکت بستگان در درمان ۱۱۱
- مواجهه با چالش ناشی از چندزبانی و چندگوشی بیمار ۱۱۳
- خلاصه ۱۱۷
- ۵: جامعهٔ مهاجر و درمانگر مهاجر ۱۱۸
- مداخلات مربوط به کودک و خانواده ۱۱۸
- توصیهٔ آگاهانهٔ روان‌تحلیلی ۱۲۳
- گسترش خدمات در جامعه ۱۲۶
- درمانگر مهاجر ۱۲۸

۱۳۵.....	خلاصه
۱۳۹.....	فهرست لغات
۱۵۱.....	منابع
۱۶۵.....	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی
۱۶۷.....	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی
۱۶۸.....	درباره نویسنده

بخش ۱

مهاجرت

متغیرهای روانی اجتماعی مرتبط با مهاجرت

مهاجرت از کشوری به کشور دیگر، یک فرایند پیچیده روانی اجتماعی با اثرات مهم و پایدار بر هویت فرد است. ترک کشور فقدان‌های عمیقی را در بر دارد. اغلب فرد باید غذاهای آشنا، موسیقی محلی، رسوم پذیرفته اجتماعی و حتی زبان خود را ترک کند. کشور جدید، غذا با طعم ناآشنا، آهنگ‌های جدید، دغدغه‌های سیاسی متفاوت، زبان بیگانه، جشنواره‌های کهن، قهرمانان ناشناخته، تاریخی که از نظر روانی زیسته نشده و منظره ناآشنای دیداری را عرضه می‌کند. هرچند در کنار این فقدان‌ها، فرصت مجددی برای رشد روانی و تغییر وجود دارد. راه‌های جدیدی برای ابراز وجود در دسترس قرار می‌گیرد. مدل‌های همانندسازی جدید، قوانین متفاوت سوپرایگو و آرمان‌های تازه وجود دارند. یک چیز واضح است: مهاجرت موجب تغییری ناگهانی از یک «محیط به طور متوسط قابل انتظار» (هارتمن ۱۹۵۹) به یک محیط عجیب و پیش‌بینی‌ناپذیر می‌شود.^۱

آمیزه‌ای از درد در خلال فقدان‌هایی که از فرایند مهاجرت تفکیک‌ناشدنی هستند و اضطرابی که منتج از واقعیت تغییر یافته بیرونی (و درونی) است، فرایند سوگواری را بر می‌انگیزانند که نتیجه آن به متغیرهای زیادی بستگی دارد. من قسمت اصلی این فصل را به بحث گام به گام در مورد این متغیرها اختصاص می‌دهم. بعد از آن به سایر جنبه‌های تجربه مهاجرت می‌پردازم (مثل: جنسیت، ازدواج، هم‌جنس‌خواهی) که در متون مرتبط مورد توجه قرار نگرفته‌اند.

۱. تأکید بر مهاجرت از کشوری به کشور دیگر نباید باعث نادیده گرفتن مسائل مشابهی شود که افرادی که داخل یک کشور به مناطقی متفاوت از نظر فرهنگی نقل مکان می‌کنند، با آن مواجه هستند. یک مثال تند و تیزی از "مهاجرت درون‌مرزی" (گرینبرگ و گرینبرگ ۱۹۸۹، ص. ۱۷) شخصیتی در فیلم مشهور ۱۹۶۷ به نام کابوی نیمه شب با بازی جان ویت است. مشاهدات جامعه‌شناسی کولز (۱۹۶۷) بر مهاجرت از جنوب به شمال در ایالات متحده و برودی (۱۹۷۳) بر مهاجرت‌های درون‌مرزی در برزیل به این مطلب مرتبط هستند. جیمز باکستر (۱۹۵۸)، شاعر نیوزلندی، تجربه خودش از مهاجرت از منطقه‌ای به منطقه‌ای دیگر در داخل کشورش را در یک شعر زیبا به نام «بازگشت» بیان کرده است.

عوامل مؤثر بر پیامد

مهاجر باید به وضوح قسمتی از فردیت خود را، حداقل به طور موقت، ترک کند تا با محیط جدید یکپارچه شود. هرچقدر تفاوت بین جامعه جدید و جامعه ای که فرد متعلق به آن است، بیشتر باشد، او مجبور است که بیشتر فردیت خود را ترک کند. [گرینبرگ و گرینبرگ ۱۹۸۹، ص. ۹۰]

چون نقل مکان کردن از جایی به جای دیگر مستلزم فقدان است - فقدان کشور، فقدان دوستان، فقدان هویت قبلی - همه تجارب تغییر مکان ممکن است از نظر توانایی مهاجر یا پناهجو برای سوگواری کردن و/یا مقاومت در برابر فرایند سوگواری بررسی شوند. اینکه فرد تا چه حد قادر است به صورت درون‌روانی فقدانش را بپذیرد تعیین می‌کند که میزان انطباق او با زندگی تازه‌اش تا چه حد خواهد بود. [ولکان ۱۹۹۳، ص. ۶۵]

جزئیات و دلایل مهاجرت

جزئیات پیرامون مهاجرت و انگیزه‌ها برای برداشتن چنین قدم بزرگی در تعیین اینکه چه وقایع روان‌شناختی‌ای در پی خواهد آمد، نقش مهمی دارند. خیلی چیزها در اینجا مطرح است. نخست اینکه موقتی یا دائمی بودن مهاجرت تفاوت بزرگی ایجاد می‌کند. موقعیت دیپلماتی که برای مدت زمان مقرر در کشوری خارجی گماشته می‌شود متفاوت است با مهاجری که وطن را به امید استقرار بر سرزمینی جدید ترک می‌کند. دوم اینکه فرد در ترک کشورش تا چه میزان حق انتخاب داشته است بر سازگاری بعدی اثر می‌گذارد. همینطور زمانی که فرد فرصت دارد تا خود را برای ترک محل آماده کند، موضوع مرتبطی است. عزیمت ناگهانی مانع سوگواری حین انتظارکشیدن^۱ می‌شود و سازگاری بعدی را پیچیده می‌کند. سوم، امکان دیدار مجدد از وطن بر نتیجه فرایند مهاجرت تأثیر دارد. آنهایی که به راحتی و به‌طور مکرر می‌توانند به وطن خود مسافرت کنند رنج کمتری متحمل می‌شوند نسبت به افرادی که از این «سوخ‌گیری مجدد هیجانی» بازداشته می‌شوند (قسمت بعدی را برای توضیحات بیشتر ببینید). چهارم، دلایلی که فرد برای ترک کشورش دارد، در تعیین موفقیت یا شکست در سازگاری با محیط جدید نقش دارد. از منظر واقعیت بیرونی، آیا فرد از مشکلات مالی، آزار سیاسی یا کشمکش‌های قومی «فرار» می‌کند یا «عازم» فرصت‌های جدید و افق‌های وسیع‌تر می‌شود؟ از نظر روان‌شناختی، آیا مهاجرت انکار ابژه اولیه به شکل مضطربانه یا خشمگینانه است یا جلوه‌ای از ظرفیت

سالم آلویلاستیک^۱ ایگو؟ اگر جدایی درون‌روانی از والدین دشوار باشد،

ترک کردن برای رفتن به جایی دور در کشوری دیگر می‌تواند حس خیالی از جدایی و استقلال ایجاد کند. مهاجرت ممکن است روشی برای طرد یک یا هر دو والد و یا حتی یک همشیر باشد. مهاجرت ممکن است در جهت انتقام‌جویی از والد پرتوقع یا کنترل‌گر و همینطور ابراز تمایل برای آزادی خویش از یک رابطه آزارنده باشد. [مارلین ۱۹۹۷، ص. ۲۴۴]

جهت اطمینان، هرگونه دیدگاه کاملاً دوقطبی راجع به انگیزه‌های زیربنایی مهاجرت ساختگی است اما پیامد مهاجرت با توجه به تعادل مؤلفه‌های واقعیت در برابر مؤلفه‌های درون‌روانی و مؤلفه‌های نوروتیک در برابر مؤلفه‌های سازگاران در عمل متفاوت است.

همه اینها موضوع تمایز بین «مهاجر» و «تبعیدی»^۲ را مطرح می‌کنند. در واقع آنها در پنج مورد مهم تفاوت دارند. نخست اینکه مهاجر کشورش را خودخواسته ترک کرده است درحالی‌که پناهنده مجبور به ترک سرزمینش شده است. دوم، معمولاً مهاجر مدت زمان بیشتری برای آماده شدن جهت ترک وطن فرصت دارد، در صورتی‌که پناهنده قبل از خروجش هیچ اطلاعی ندارد یا اطلاعات کمی دارد. سوم، درکل اتفاقات آسیب‌زای کمتری مرتبط با ترک وطن در مهاجرو وجود دارد؛ اغلب پناهنده از وضعیت فاجعه‌بار سیاسی اجتماعی در کشورش گریخته است.^۳ چهارم، مهاجر امکان دیدار مجدد وطنش را دارد در حالی‌که در پناهنده «رشته تعلق» گسسته می‌شود (اختر ۱۹۹۲) و این منبع مهم سوخت‌گیری مجدد هیجانی را از دست می‌دهد. در نهایت، شیوه ای هم که دو گروه با جمعیت میزبان مواجه می‌شوند با هم متفاوت است. مهاجر با توشه سیاسی اجتماعی کمتری وارد می‌شود و با میهمان‌نوازی بیشتری مواجه می‌شود نسبت به پناهنده که با ظن دیده می‌شود و با مقاومت توسط جمعیت میزبان پذیرفته می‌شود. این تفاوت‌های بیرونی موجب تفاوت‌هایی در فرایند درون‌روانی سوگواری و سازگاری در دو گروه می‌شود (فصل ۳ را ببینید).

تعریف پناهندگان به معنی افرادی که مجبور به خروج از کشورشان شده‌اند، نباید باعث مغفول ماندن این واقعیت شود که برخی اوقات وضعیت یک مهاجر، به طور غیرمنتظره به یک تبعیدی تغییر می‌یابد. به خاطر تغییرات سیاسی ناگهانی در کشور مبدأ، مهاجران ممکن است ناگهان خود را از

۱. فرایندی از پاسخ انطباقی که هدف آن تغییر محیط است، و نه تغییر در خود. گاهی واژه «برون‌دگر ساز» را معادل این کلمه استفاده می‌کنند (مترجم).

2. Exile

۳. آواره‌های یهودی بعد از هولوکاست، مثالی خوب برای مهاجرت آسیب‌زا در نتیجه آزار مذهبی هستند. نمونه‌ای دیگر شامل وقایع پیرامون تجزیه هند در ۱۹۴۷ می‌شود. در عرض سه سال بعد از آن، ده میلیون هندو و هفت میلیون مسلمان در نتیجه جداسازی دلخراش و خونبار در امتداد خطوط مذهبی، از مکانی به مکان دیگر رفتند.

وطن‌شان جدا ببینند. ناتانیل هوول که در زمان تهاجم عراق به کویت، سفیر آمریکا در کویت بود و ارتباطات مستمر خود را با کویتهای آسیب‌دیده و آواره حفظ کرده بود، چنین نقل می‌کند:

از دست دادن ناخواسته «خانه» بی‌شک در بین آسیب‌زاترین فقدان‌هایی است که ممکن است برای فرد یا گروهی رخ دهد. از دست دادن حس‌های مرتبط با آن مانند از دست دادن حس امنیت، آشنایی و پیوستگی تاریخی، شدید است حتی درجایی که هیچ تهدید جسمی یا جراحت واقعی‌ای رخ نداده باشد. به عنوان نمونه، در مطالعه‌ای که سه سال بعد از حمله عراق به کویت انجام شد (۹۳-۱۹۹۲)، ما متوجه شدیم بسیاری افرادی که در هنگام حمله، خارج از کشورشان بودند، به شدت تحت تأثیر قرار گرفتند. در مصاحبه‌های عمیق با نمونه‌ای که نمایانگر چنین افرادی بود، مشخص شد که وقتی آنها در مصر، لندن یا ایالات متحده فهمیدند که «دیگر وطنی ندارند» آسیب دیدند. آنها از نظر جسمی «ایمن» بودند (هرچند اغلب آنها خانواده‌هایی داشتند که تحت حمله بی‌رحمانه بودند) اما گذرنامه و پولشان بی‌ارزش شده بود؛ آنها واقعاً خود را بدون هویت دیدند. [هوول ۱۹۹۹، ص. ۱۶۴]

این مطلب نشان‌دهنده آن است که چطور موقعیت فرد می‌تواند از مهاجر به تبعیدی تغییر یابد. برعکس آن هم می‌تواند رخ دهد، همانطور که از وضعیت یهودیان اروپای شرقی مشهود است، آنها به خاطر هولوکاست نازی‌ها کشورشان را ترک کردند و پناهنده و تبعیدی در این سرزمین شدند. با سقوط اتحادیه شوروی و گشایش کشورهای اروپای شرقی مختلف، وضعیت روان‌شناختی آنها ناگهان به وضعیت مهاجران تغییر کرد. به عبارتی دیگر، اکنون اگر آنها تمایل داشتند امکان دیدار مجدد و درواقع جابه‌جایی به وطنشان را داشتند.

موضوع پیچیده‌تر می‌شود وقتی وضعیت درون‌روانی پناهنده بودن و یک مهاجر که هر کدام نشانگر دوره مختلفی از زندگی فرد هستند، هم‌زمان وجود داشته باشد. به عنوان نمونه، فردی ممکن است به عنوان تبعیدی یا پناهنده از کشوری به کشور دیگر کوچ کند و سپس سال‌ها بعد به کشور سومی به طور اختیاری مهاجرت کند. در چنین مواردی فراز و نشیب‌های روان‌شناختی سوگواری پیچیده است. اغلب کشوری که داوطلبانه ترک شده مانند ایزه‌ای است که می‌تواند آرمانی‌سازی شود و کم و بیش برایش سوگواری شود، در حالی که کشوری که فرد از آن بیرون رانده شده، بی‌ارزش می‌شود و تقریباً فرد در ذهن خود برایش سوگواری نمی‌کند.

دست‌رسی به سوخت‌گیری مجدد

واژه سوخت‌گیری مجدد هیجانی به وسیله فورر ابداع شد (نقل قول در مقاله ماehler و همکاران ۱۹۷۵،

ص. ۶۹) تا بازگشت مکرر یک کودک نوپا را به سوی مادرش بعد از تاخت و تاز به دنیای بیرونی رو به گسترش نشان دهد. درون‌داد ادراکی مجدد از مادر، باتری این واحد دوتایی همزیستی را شارژ می‌کند و اطمینان کودک را افزایش می‌دهد. با درونی‌سازی ثابت و پابرجای مادر، نیاز برای چنین ارتباطی کاهش می‌یابد. همین‌طور با رشد سریع ظرفیت‌های ایگو و افزایش سن، چنین سوخت‌گیری مجدد، شکل‌های متفاوتی پیدا می‌کند و برای تقویت روان، از مادر به سایر منابع معطوف می‌شود.

این پدیده در حالی که از ویژگی‌های رشد اولیه کودکی است، از اهمیت زیادی در زندگی مهاجر برخوردار است. مهاجر جداشده از «سرزمین مادری» نیاز به تقویت بیرونی دارد تا ارتباط درون‌روانی خود را با آن حفظ کند. به طور ایده‌آل، دو منبع برای چنین حمایتی دردسترس او هستند. یکی واقعی یا سوخت‌گیری مجدد برون‌مرزی^۱ است که شامل تماس‌های تلفنی بین‌المللی با بستگان و سفر کردن به وطن است. دیگری، سوخت‌گیری مجدد درون‌مرزی یا حمایت اتکایی است که توسط اقوامی که همراه وی مهاجرت کرده‌اند و شبکه وسیعتری از جامعه هم‌ملیت (مانند دوستان، کاسبان و پزشکانی که هم‌ملیت هستند) عرضه می‌شود. ایسا رونینگستام (مکالمه شخصی ۱۹۹۷) اشاره می‌کند که جامعه هم‌ملیت فقط منبعی برای سوخت‌گیری مجدد هیجانی نیست بلکه برخی اوقات، جنبه‌های ناآشنایی از شخصیت و فرهنگ خود فرد را به مهاجر معرفی می‌کند. او اظهار می‌کند که «وقتی با جنبه‌های جدید هویت سوئدی‌ام و همین‌طور با تجارب اصلاحی غیرمنتظره در این جامعه جدید سوئدی در ماساچوست مواجه شدم، متعجب شدم».

دیدار از مراکز خرید قومی، برگزاری جشنواره‌های بومی فرد، تماشاکردن نمایش‌های قومی در تلویزیون و حضور در مراکز مذهبی که توسط هم‌وطنان راه‌اندازی شده، فعالیت‌هایی محسوب می‌شوند که بازتوانی قومی‌روانی را برای یک مهاجر فراهم می‌کنند. شاعر مشهور یونانی، کنستانتین کافاوی (۱۹۰۶) این پدیده را در بین مهاجران اولیه یونانی، به طور فصیحی توصیف می‌کند:

تنها چیزی که از اجدادشان باقی مانده بود، یک جشنواره یونانی با مناسک زیبا، فلوت و چنگ، مسابقات و حلقه گل بود. عادت آنها این بود که در پایان جشنواره در مورد رسم‌های باستانی با هم صحبت کنند و یکبار دیگر به نام‌های یونانی صحبت کنند که اکنون به سختی هر کدام از آنها را بازشناسایی می‌کردند. [بازگشت به یونان، ص. ۳۶۹]

برای افرادی که این منابع برای آنها دردسترس است و به‌خصوص اگر امکان دیدار مجدد از وطن داشته باشند، تطبیق با شرایط جدید بسیار بهتر است. در اینجا تفاوت مهمی بین پناهنده و تبعیدی وجود دارد. تبعیدی چون قادر به دیدار از سرزمینش نیست، نه تنها سوخت‌گیری مجدد هیجانی را از