

روش تحلیل خانواده

روان‌شناسی خانواده به زبان ساده

تألیف

دکتر سعید جهانشاهی فرد



سرشناسه: جهانشاهی فرد، سعید، ۱۳۴۹-
 عنوان و نام‌پدیدآور: روش تحلیل خانواده: روان‌شناسی
 خانواده به زبان ساده / مولف سعید جهانشاهی.
 مشخصات نشر: تهران: ارجمند: کتاب ارجمند: ۱۳۸۹.
 مشخصات ظاهری: ۴۴۸ ص. رقیعی.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۰۰۸-۸-۸
 موضوع: خانواده‌ها - جنبه‌های روان‌شناسی - به زبان ساده
 [رکود حذفی] روان‌شناسی - به زبان ساده
 عنوان اصلی: Family Analysis Method, Family
 Psychology made easy
 رده‌بندی کنگره: ۹۳ ر ۹ ۱۳۸۹ ج / HQ ۷۴۳
 رده‌بندی دیویی: ۱۵۸/۲۴
 شماره کتابشناسی ملی: ۱۲۳۴۲۳۲

دکتر سعید جهانشاهی فرد
روش تحلیل خانواده
 روان‌شناسی خانواده به زبان ساده
 فروست: ۱۴۵
 ناشر: کتاب ارجمند با همکاری انتشارات ارجمند
 صفحه‌آرا: فاطمه نویدی
 مدیر هنری: احسان ارجمند
 سرپرست تولید: پروین عبدی
 ناظر چاپ: سعید خانکشلو
 چاپ: سمارنگ، صحافی: روشنگ
 چاپ اول، بهمن ۱۳۹۴، ۱۱۰۰ نسخه
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۰۰-۰۰۸-۸-۸
 این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان و
 هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا
 قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف، ناشر، نشر یا
 پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد
 گرفت.

www.arjmandpub.com

مرکز پخش: انتشارات ارجمند

- دفتر مرکزی: تهران بلوار کشاورز، بین خ کارگر و ۱۶ آذر، پلاک ۲۹۲، تلفن: ۸۸۹۸۲۰۴۰
 شعبه مشهد: ابتدای احمدآباد، پاساژ امیر، انتشارات مجد دانش، تلفن: ۰۵۱-۳۸۴۴۱۰۱۶
 شعبه رشت: خ نامجو، روبروی ورزشگاه عضدی، تلفن: ۰۱۳-۳۳۳۳۲۸۷۶
 شعبه بابل: خ گنج افروز، پاساژ گنج افروز، تلفن: ۰۱۱-۳۲۲۲۷۷۶۴
 شعبه ساری: بیمارستان امام، روبروی ریاست تلفن: ۰۹۱۱-۸۰۲۰۹۰
 شعبه کرمانشاه: خ مدرس، پشت پاساژ سعید، کتابفروشی دانشمند تلفن: ۰۸۳-۳۷۲۸۴۸۳۸

بها: ۲۵۰۰۰ تومان

با ارسال پیامک به شماره ۰۲۱۸۸۹۸۲۰۴۰ در جریان تازه‌های نشر ما قرار بگیرید:
 ارسال عدد ۱: دریافت تازه‌های نشر پزشکی به صورت پیامک
 ارسال عدد ۲: دریافت تازه‌های نشر روان‌شناسی به صورت پیامک
 ارسال ایمیل: دریافت خبرنامه الکترونیکی انتشارات ارجمند به صورت ایمیل

تقدیم به

تحلیل گران خانواده

فهرست مطالب

| | |
|--|----|
| مقدمه | ۱۳ |
| بخش اول: مروری بر روش تحلیل خانواده | |
| مقدمه بخش اول: تحلیل گر خانواده | ۲۰ |
| فصل اول: خانواده | ۲۳ |
| صورت کامل یک خانواده | ۲۶ |
| فصل دوم: تحلیل خانواده | ۳۲ |
| تحلیل خانواده فریبا | ۴۳ |
| تحلیل خانواده ناصر | ۴۹ |
| روش تحلیل خانواده، نگاه کلی | ۵۷ |
| بخش دوم: مفاهیم پایه در روش تحلیل خانواده | |
| فصل سوم: چرا آدمک خانواده؟ | ۶۲ |
| خانواده به عنوان یک سیستم | ۶۷ |
| فصل چهارم: عشق | ۷۱ |
| احساس عشق | ۷۱ |
| حکایت ملا | ۷۷ |
| عشق موشی | ۷۹ |
| ملاک‌های سنجش درستی احساس عشق | ۸۴ |
| خاصیت عشق | ۸۶ |
| جایگاه عشق در خانواده سالم | ۹۰ |

| | |
|-----------------------------------|------------|
| تاریخ تمدن بشر..... | ۹۱ |
| عشق‌بازی..... | ۹۲ |
| نقش معشوق..... | ۹۴ |
| تفکر عاشقانه..... | ۹۶ |
| فصل پنجم: مغز..... | ۹۸ |
| اندیشه و روان..... | ۹۹ |
| زبان برنامه‌نویسی مغز..... | ۱۰۰ |
| انواع جمله..... | ۱۰۶ |
| آماده‌سازی..... | ۱۰۸ |
| خودکار یا ناخودآگاه..... | ۱۰۸ |
| ناخودآگاه و بیماری‌های روانی..... | ۱۰۹ |
| جمله به دردبخور..... | ۱۱۷ |
| جمله هماهنگ..... | ۱۱۸ |
| جمله وجودی..... | ۱۲۱ |
| جملات ریشه‌دار فرهنگی..... | ۱۲۵ |
| چند همسری خانم‌ها..... | ۱۲۵ |
| هماهنگی جملات و احساسات..... | ۱۲۹ |
| فصل ششم: مغز مغز..... | ۱۳۱ |
| انتظار..... | ۱۳۳ |
| انتظار نتیجه..... | ۱۳۴ |
| انتظار کارآمدی از خود..... | ۱۳۵ |
| انتظار پاسخ..... | ۱۳۸ |
| انتظارات و تأثیر دارونماها..... | ۱۳۹ |
| انتظارات و دوست عاشق موش..... | ۱۴۱ |

| | |
|--------------------------------------|-----|
| انتظارات و عشق‌های اول زندگی | ۱۴۲ |
| فصل هفتم: عشق انسان به خداوند | ۱۴۵ |
| راه رستگاری | ۱۴۷ |
| معامله با خداوند | ۱۴۷ |
| انتظار از معشوق | ۱۴۹ |
| خوشبخت کردن یا خوشبخت شدن؟ | ۱۵۱ |
| نگاه عاشقانه | ۱۵۴ |
| درد غیرت | ۱۵۸ |
| غیرت عاشقانه و غیرت خواهرانه | ۱۶۲ |
| گذشت عاشقانه | ۱۶۳ |
| قدرت عاشقانه | ۱۶۵ |
| اطاعت عاشقانه | ۱۶۶ |
| معشوق تضمین نمی‌دهد | ۱۶۷ |
| عشق‌بازی قلبی عشق‌بازی نیست | ۱۶۸ |
| فصل هشتم: رابطه همسری | ۱۷۲ |
| انواع رابطه | ۱۷۳ |
| آبجی‌بازی | ۱۷۵ |
| رابطه همکاری | ۱۷۶ |
| ویژگی‌های رابطه همسری | ۱۷۸ |
| قاعده همسری | ۱۸۲ |
| مسئولیت برابر | ۱۸۴ |
| فصل نهم: تفاهم | ۱۸۵ |
| هم فهم شدن | ۱۸۵ |
| درک کردن و فهماندن | ۱۸۷ |

| | | |
|-----|-------|---------------------------------------|
| ۱۸۹ | | فصل دهم: فرزندان |
| ۱۹۱ | | موضوع فرزندان |
| ۱۹۲ | | موضوع بیماری |
| ۱۹۳ | | بیماری مادر شوهر گری |
| ۱۹۵ | | مغز فرزندان |
| ۱۹۵ | | الگو برداری |
| ۲۰۰ | | اصلاح بدآموزی |
| ۲۰۲ | | فصل یازدهم: حریم‌ها در خانواده |
| ۲۰۳ | | حریم مستقل زن و شوهر |
| ۲۰۸ | | حریم والدین و فرزندان |
| ۲۱۳ | | حریم اصلی خانواده |
| ۲۱۶ | | فصل دوازدهم: مابقی |
| ۲۱۸ | | نیازهای جسمی |
| ۲۲۰ | | نیاز به امنیت |

بخش سوم: خانواده، از تولد تا مرگ

| | | |
|-----|-------|---|
| ۲۲۶ | | مقدمه |
| ۲۲۷ | | مرحله اول: قبل از ازدواج |
| ۲۲۸ | | فصل سیزدهم: آمادگی مغز برای ازدواج |
| ۲۳۶ | | تحلیل کلمه من |
| ۲۴۰ | | تحلیل کلمه مادر |
| ۲۴۶ | | تحلیل کلمه پدر |
| ۲۴۷ | | تحلیل کلمه خداوند |
| ۲۵۰ | | تحلیل کلمه مرگ و زندگی |
| ۲۵۷ | | تحلیل کلمه زن و مرد |

| | |
|-----|--|
| ۲۵۸ | تحلیل کلمه ازدواج |
| ۲۶۰ | تحلیل کلمه مسائل جنسی |
| ۲۶۴ | مرحله دوم: انتخاب همسر، فلسفه انتخاب |
| ۲۶۶ | فصل چهاردهم: معیارهای انتخاب همسر |
| ۲۶۹ | دوست داشتنی بودن |
| ۲۷۰ | تفاهم داشتن |
| ۲۷۵ | فصل پانزدهم: نحوه انتخاب |
| ۲۷۵ | خواستگاری به زبان آدمک خانواده |
| ۲۷۶ | خواستگاری، آزمون ورودی خانواده‌ها |
| ۲۷۹ | پاسخ به چند سؤال |
| ۲۸۵ | آزمون‌های خواستگاری |
| ۲۹۵ | مرحله سوم: تولد تا تولد |
| ۲۹۳ | فصل شانزدهم: بازی |
| ۲۹۴ | تعداد بازیکنان |
| ۲۹۵ | هدف از بازی |
| ۲۹۶ | نحوه بازی |
| ۲۹۷ | چرخه ارتباطی بازی‌ها |
| ۲۹۹ | خوب بازی کردن؟ |
| ۳۰۲ | ارتباط و پیام |
| ۳۰۶ | فصل هفدهم: نحوه بازی در عشق بازی |
| ۳۰۷ | عشق و قدرت |
| ۳۱۰ | عشق و محبت |
| ۳۱۳ | آزمون لجبازی |
| ۳۱۴ | پیام‌ها در بازی عشق |

| | |
|-----|---|
| ۳۲۲ | ریشه پیام‌های عاشقانه..... |
| ۳۲۸ | نگاه عاشقانه..... |
| ۳۳۰ | بازی روزگار..... |
| ۳۳۲ | شیوه امتیازدهی..... |
| ۳۳۷ | حریم عشق‌بازی..... |
| ۳۳۹ | صمیمیت..... |
| ۳۴۱ | صداقت..... |
| ۳۴۲ | عشق‌بازی بر زمین احساس..... |
| ۳۴۶ | خطاها در عشق‌بازی..... |
| ۳۵۵ | زمان و مکان عشق‌بازی..... |
| ۳۵۸ | انواع عشق‌بازی..... |
| ۳۵۹ | آزمون‌های عشق‌بازی..... |
| ۳۷۱ | فصل هجدهم: رابطه همسری، مقررات بازی در عشق‌بازی..... |
| ۳۷۳ | پنج قانون همسری..... |
| ۳۷۷ | محتویات کلمه همسری..... |
| ۳۷۹ | رابطه همسری با موش‌ها..... |
| ۳۸۲ | اشتباه در تشخیص کلمه همسری..... |
| ۳۸۵ | حکایت ملا..... |
| ۳۸۷ | تفکر همسرانه..... |
| ۳۹۱ | مسئولیت در رابطه همسری..... |
| ۳۹۴ | فصل نوزدهم: قدرت..... |
| ۳۹۹ | ویژگی‌های قدرت..... |
| ۴۰۰ | کلمه قدرت..... |
| ۴۰۴ | اعتماد به نفس..... |

| | |
|-----|---|
| ۴۰۵ | قدرت در کلمه من |
| ۴۰۵ | قدرت در کلمه قدرت |
| ۴۰۷ | دانایی و توانایی |
| ۴۱۱ | خستگی جسمی |
| ۴۱۳ | خستگی روانی |
| ۴۱۸ | علائم خستگی |
| ۴۲۲ | استراحت |
| ۴۲۳ | مرحله چهارم: تولد فرزندان |
| ۴۲۴ | فصل بیستم: عشق بازی والدین و فرزندان |
| ۴۲۴ | نگاه عاشقانه |
| ۴۲۷ | والدین درون فرزندان |
| ۴۲۹ | قانون بقاء ژن |
| ۴۳۰ | والدین گمراه شده |
| ۴۳۰ | رابطه شبه همسری با والدین |
| ۴۳۲ | خطاها در عشق بازی والدین با فرزندان |
| ۴۳۵ | آزمون های عشق بازی |
| ۴۳۶ | فصل بیست و یکم: نقش فرزندان در خانواده |
| ۴۳۸ | متعادل کننده |
| ۴۳۹ | سوژه گفتگو |
| ۴۴۰ | بلاگردان |
| ۴۴۱ | سنباب بلاگردان |
| ۴۴۳ | مرحله پنجم: مرگ خانواده |
| ۴۴۵ | چند سؤال |

فهرست تمرینها

- تمرین شماره یک، تحلیل خانواده فریبا..... ۳۲
- تمرین شماره دو، تحلیل خانواده ناصر..... ۴۹
- تمرین شماره سه، تحلیل مغز یک زن و شوهر..... ۱۱۱
- تمرین شماره چهار، مسابقه عاشقی..... ۱۸۰
- تمرین شماره پنج، پدرسگ یا مادر سگ..... ۱۹۹
- تمرین شماره شش، روش های رفع ناهماهنگی..... ۲۴۴
- تمرین شماره هفت، خواستگاری پسر نوح از دختر هاییل..... ۲۹۰
- تمرین شماره هشت، چقدر دوستم داری؟!..... ۳۱۸
- تمرین شماره نه، الهی بمیرم!..... ۳۲۰
- تمرین شماره ده، خواستگاری پسر دانشجو..... ۳۲۳
- تمرین شماره یازده، کشتن گربه دم حجله..... ۳۳۳
- تمرین شماره دوازده، مادر شوهر..... ۳۳۸
- تمرین شماره سیزده، رانندگی بلد نیستی!..... ۳۴۸
- تمرین شماره چهارده، خطای تو بدی و مهم نیستی!..... ۳۵۰
- تمرین شماره پانزده، خطای انتظار..... ۳۵۱
- تمرین شماره شانزده، عشق بازی در توالد..... ۳۵۴
- تمرین شماره هفده، رابطه ها..... ۳۷۶
- تمرین شماره هجده، جمع کردن سفره و مسئولیت مردانه..... ۳۸۷
- تمرین شماره نوزده، سه رئیس..... ۳۹۶
- تمرین شماره بیست، خسته کننده ترین فعالیت..... ۴۱۵
- تمرین شماره بیست و یک، خستگی و تصمیم گیری های بی مورد..... ۴۲۱

مقدمه

این کتاب یک ترجمه نیست. یعنی ترجمه کتابی از زبانی دیگر به زبان فارسی نیست. اما واقعیت این است که من تلاش زیادی کردم تا ترجمه خوبی از کار درآید. حتماً متوجه منظور من شده‌اید. این کتاب ترجمه‌ای است از زبان دشوار متون علمی خانواده‌درمانی و روان‌شناسی خانواده به زبانی ساده.

نیاز به ساده‌سازی روان‌شناسی از سه جهت اهمیت دارد. در درجه اول، آشنا شدن هرچه بیشتر با مفاهیم روان‌شناسی باعث گسترش ذهن روان‌شناسی (نگاه روان‌شناسانه) در افراد شده، سلامت روان را در سطح فرد و جامعه بهبود می‌بخشد. در این صورت، بسیاری از افرادی که خود را تحت فشار روانی احساس می‌کنند یا افسرده هستند یا ...، با داشتن ذهنی روان‌شناسی و درک کارکرد روان، متوجه وجود روان، وجود فشار روانی و عوامل روان‌شناختی مسبب آن می‌شوند و کمتر خود را در چنین شرایطی دچار ابهام یا دردهای جسمی می‌پندارند.

در درجه دوم، نیاز به ساده‌سازی مفاهیم روان‌شناسی یک نیاز ضروری برای کار در کلینیک روان‌درمانی و مشاوره است. در حقیقت، در روان‌درمانی، ابزار درمانی روان‌شناس، دارو نیست. ارتباط برقرار کردن با ذهن و روان مراجع (کسی که به روان‌درمانگر مراجعه می‌کند) است. طبیعی است هرچه روان‌شناس و مراجع دارای فرهنگ و زبان مشترک‌تری باشند، درک بهتری از هم داشته، بهتر باهم ارتباط برقرار می‌کنند. در این صورت، ابزار درمانی روان‌شناس هم بهتر کارگر خواهد افتاد. مسلماً توضیح نحوه کار روان، محل آسیب در روان و ... به زبانی که قابل فهم باشد، بسیار حائز اهمیت است.

در درجه سوم، تعداد متخصصان به نسبت تعداد متقاضیان همیشه محدود است. به عبارتی دیگر، بسیاری از افرادی که نیازمند دریافت خدمات روان‌شناسی و مشاوره‌ای هستند، امکان دسترسی به متخصصان را ندارند. ساده‌سازی مفاهیم روان‌شناسی باعث می‌شود گروهی از افراد علاقه‌مند و صاحب صلاحیت (افراد قابل اعتماد در خانواده‌ها) با دسترسی به این دانش، امکان راهنمایی و مشاوره ساده و اولیه به نزدیکانشان را داشته باشند و از پیچیده و لاعلاج

شدن بسیاری از مشکلات خانوادگی و روان‌شناختی ساده و قابل‌پیشگیری جلوگیری کنند. گروه آخر، تحت عنوان «تحلیل‌گر خانواده» مخاطب اصلی این کتاب هستند.

در مورد اهمیت ساده کردن مفاهیم پیچیده روان‌شناسی توضیح دادم، اما نحوه ساده‌سازی مشکل بزرگی است. از یک‌سو، باید مفاهیم علمی آن‌قدر ساده شوند که برای افراد ناآشنا به مبانی علمی دانش روان‌شناسی قابل‌فهم باشند و از سوی دیگر، نباید آن‌قدر ساده گردند که از لحاظ علمی سست و بی‌پایه محسوب گردند. چه باید کرد؟

برای ساده و قابل‌فهم کردن هر موضوعی، می‌توان از مثال استفاده کرد. باید مفاهیم علمی دانش روان‌شناسی خانواده را به چیزی تشبیه می‌کردم تا از نظر علمی، قابل‌تأیید و از نظر خوانندگان، قابل‌فهم باشد. اواخر سال ۸۳ بود که برای توضیح بهتر روابط بین افراد درون خانواده از شکل صورت آدم استفاده کردم. برای مراجعینم درک اینکه بچه از پدر فاصله گرفته، یا مادر و پدر همسر باهم نیستند، دشوار بود. شکل صورت آدمک خانواده کار مرا خیلی راحت کرد. کم‌کم موضوع را بسط دادم و سعی کردم کلیه اجزاء کله آدمک را متناسب با دانش روان‌شناسی خانواده به یک خانواده تشبیه کنم. این شبیه‌سازی در قالب جزوه کوچکی در بهار ۸۴ منتشر شد.

از آن زمان، به تدریج روش کار من در خانواده‌درمانی با فرهنگ بومی خانواده‌هایی که به من مراجعه می‌کردند متناسب‌تر می‌شد و زبان ساده علمی من، رنگ فرهنگ بومی به خود می‌گرفت و زبان علمی مرا با زبان فرهنگ مراجعانم نزدیک‌تر می‌کرد. حالا می‌توانستم برای توضیح نحوه عشق‌بازی یک مرد با همسرش، از نحوه عشق‌بازی یک انسان با خدای خودش در فرهنگ مذهبی مان مثال بزنم و با مثال‌های فرهنگی‌تر و حکایت‌های ملانصرالدینی و اشعار شاعران و ...، خودم را به قلب و روان خانواده‌ها نزدیک‌تر و نزدیک‌تر کنم و به سه هدفی که از ساده‌سازی دانش روان‌شناسی خانواده و هم‌زبانی با مراجعانم توضیح دادم نزدیک‌تر شوم.

با این توضیح، دانش روان‌شناسی خانواده، آن‌طور که من آموخته و درک کرده بودم، به تدریج زبان ساده‌تری می‌یافت و رنگ و بوی فرهنگ بومی و ابتکارات شخصی به خود می‌گرفت، آن‌طور که علاوه بر اشتراکات بسیار با روش‌های خانواده‌درمانی کلاسیک، روش متفاوتی به نظر می‌رسید.

به همین دلیل، تجربیات، مشاهدات و فرضیه‌هایی که در کلینیک آزمون کرده بودم و نیازمند تحقیق و بررسی بیشتر بود را به صورتی مدون در آوردم. به تعبیری دیگر، نام روش تحلیل خانواده را برای روش خانواده‌درمانی خود انتخاب کردم و آن را در قالب کتاب حاضر به چاپ رساندم.

این موضوع را از این جهت توضیح دادم که تأکید کرده باشم، از یک‌سو، روش تحلیل خانواده روشی است که ماحصل تجربه من در خانواده‌درمانی است و مشابه خارجی ندارد. از سوی دیگر، این روش چیزی به دانش روان‌شناسی خانواده اضافه نکرده است. یعنی نظریه‌ای جدید در خانواده‌درمانی محسوب نمی‌شود. کتاب «روش تحلیل خانواده» توصیف درک و تجربه من از خانواده‌درمانی خانواده‌هایی است که تاکنون به من مراجعه نموده‌اند. من با توضیح روش کار خودم، آن را در معرض نقد و بهره‌برداری علاقه‌مندان قرار دادم.

مسلماً روش تحلیل خانواده در صورتی کارآمدی خود را ثابت می‌کند که با روش علمی صیقل یافته، از آزمون نقد همکاران روان‌شناس و اساتید بزرگوار خانواده‌درمانی کشورمان سربلند برون آید و این، نیازمند ارتباطی دوسویه و نقادانه با این عزیزان است که امیدوارم سایت خانواده ایران www.iranfamily.ir بتواند تعامل نقادانه با همکاران و علاقه‌مندان را تسهیل و تسریع کند. اگر خدا بخواهد.

لازم است برای همکاران روان‌شناسم، در مقدمه کتاب، توضیح دهم که روش تحلیل خانواده عمدتاً بر نظریه‌های شناختی اجتماعی در روان‌شناسی معاصر، نظریه‌های سیستمیک و ارتباطی در خانواده‌درمانی استوار است، هرچند از سایر نظریه‌های خانواده‌درمانی بی‌نصیب نمانده است.

لازم است برای خوانندگان کتاب هم، در مقدمه کتاب، توضیح دهم که مخاطب کتاب، فردی است که از ساده‌سازی مفاهیم روان‌شناسی خانواده سود می‌برد. منظورم همان سه گروهی است که در آغاز توضیح دادم. آنها که به کلینیک خانواده‌درمانی مراجعه می‌کنند. آنها که می‌خواهند ذهن خود را با مفاهیم روان‌شناسی خانواده آشنا تر کنند و آنها که مورد اعتماد خانواده‌ها هستند و می‌خواهند به خانواده خود و نزدیکانشان هر چه بیشتر و هر چه علمی‌تر کمک کنند تا خود و اطرافیانشان، خوشبخت و سالم زندگی کنند.

اما مخاطب اصلی این کتاب، گروه سوم هستند. آنها تحلیل‌گر خانواده هستند و به خانواده‌ها کمک می‌کنند تا سالم و خوشبخت زندگی کنند. آنها کسانی هستند که هر کدامشان به صدها خانواده در اطراف خود کمک می‌کنند و بی‌مزد و منت دانش خود را در اختیار مردمی قرار می‌دهند که نمی‌توانند خود را از مخمصه زندگی در خانواده‌ای بیماری‌زا خلاص کنند. آنها سرمایه‌های ارزشمندی برای بهداشت روان و سلامت خانواده‌ها در جامعه ما خواهند بود. آنها با تحلیل خانواده‌های اطراف خود و اداره جلسات گروه‌درمانی از نوع خودیاری (بدون حضور متخصص و کاملاً رایگان) خدمات خود را همیشه ماندگار خواهند نمود. کتاب «روش تحلیل خانواده» و کتاب‌های بعدی، فیلم‌های آموزشی «روش تحلیل خانواده» و محتوای سایت خانواده ایران، همگی با هدف پشتیبانی از این گروه برنامه‌ریزی شده‌اند. شاید با مطالعه این مقدمه به خانواده‌درمانی علاقه‌مند شده و مایل باشید یک تحلیل‌گر خانواده مسلط به روش تحلیل خانواده شوید. قبل از مطالعه کتاب، لازم است کمی در مورد خانواده‌درمانی بدانید.

خانواده‌درمانی درمان روابط زناشویی و رفع اختلاف زوج‌ها نیست، هرچند روابط بین زن و شوهر با فرزندانشان موضوع اصلی کار خانواده‌درمانگر است. اجازه بدهید این‌طور توضیح دهم. وقتی فردی دچار بیماری یا ناراحتی روانی چون افسردگی، اضطراب امتحان، وسواس، اعتیاد به مواد مخدر و ... می‌شود، به درمانگر مراجعه می‌کند. درمانگر علت بیماری او را بررسی کرده، او را درمان می‌کند. اما علت بیماری او چیست؟

در درمان اختلالات روانی، علت بیماری را می‌توان در سطوح مختلف دید و بررسی کرد. مثلاً می‌توان علت بروز افسردگی را در سطح مواد شیمیایی در سلول‌های مغز بررسی کرد و با تجویز دارو، تغییرات شیمیایی در مغز ایجاد کرده، روان را دست‌کاری نموده و درمان کرد. می‌توان افسردگی را در سطح روان فرد و افکار و رفتارهای او بررسی کرده، با تغییر افکار و رفتارهایش، او را درمان نمود. همچنین می‌توان در سطحی وسیع‌تر و خارج از جسم و روان او، یعنی در سطح خانواده او، متشکل از بیمار افسرده، همسر و فرزندانش، علت بروز افسردگی را در او بررسی نمود و با تغییر و دست‌کاری جسم و روان افراد، وضعیت و رابطه آنها در خانواده و احساسی که نسبت به هم دارند، یعنی با سالم‌سازی خانواده بیمار و بیماری‌زای او، او را

درمان نمود. مسلماً می‌توان همین فرد را در سطح اجتماع کوچک محل زندگی‌اش نیز دید و با دست‌کاری اجتماع بیمار و بیماری‌زا، افسرده‌وی را درمان کرد.

طبیعی است که همه را نمی‌توان به هر شیوه‌ای درمان کرد. برخی از انواع افسردگی‌ها، فقط با درمان دارویی درمان می‌شوند. راه نفوذی بر این نوع از بیماری‌ها جز در سطح جسمی وجود ندارد. اعتیاد بیماری است که بدون دست‌کاری و سالم‌سازی خانواده بیمار و محیط اجتماعی اطراف وی، شانس موفقیت اندکی دارد. موضوعی که گروه‌های معتادان گمنام با کار بر روی گروه دوستان و محیط اجتماعی معتاد و خانواده او، به‌خوبی آن را به انجام می‌رسانند.

به‌عبارتی دیگر، خانواده‌درمانی مشابه سایر شیوه‌های درمانی است، با این تفاوت که به‌جای نگاه محدود به یک فرد، بازتر نگریده و به کل خانواده او نگاه می‌کند و به‌جای دست‌کاری و تغییر یک فرد، کل خانواده او را دست‌کاری می‌کند و به‌جای بهبود یک فرد، کل خانواده را بهبود می‌بخشد.

بخش اول کتاب، همان جزوه اولیه بهار ۸۴ با کمی تصحیح و بازنویسی است. با مروری بر این بخش، تا حدودی با روش تحلیل خانواده و کلیات آن آشنا می‌شوید. توضیح بیشتر نحوه رسم شکل صورت خانواده را همراه با مثال‌های بیشتر به کتاب دوم روش تحلیل خانواده منتقل کردم. به نظرم، توضیح بیشتر مفاهیم پایه در روش تحلیل خانواده اولویت بیشتری از ذکر جزئیات رسم صورت آدمک خانواده داشت.

در بخش دوم، به توضیح مفاهیم پایه در روش تحلیل خانواده پرداختم. در این بخش احساس و هیجان، مغز و نحوه کارکرد آن، عشق و تفکر عاشقانه و ... را به‌زبانی ساده توضیح دادم. بخش سوم را به توضیح مفصل‌تر نحوه خواستگاری و آماده شدن برای عشق‌بازی و تشکیل خانواده، نحوه بازی در عشق‌بازی و ... اختصاص دادم. در پایان بخش سوم، چند سؤال طرح شده است. این سؤالات گوشه‌ای از سؤالات امتحانی است که در کارگاه‌های آموزشی روش تحلیل خانواده به کار می‌روند. همان‌طور که قبلاً هم توضیح دادم، مخاطب اصلی این کتاب، کسانی هستند که می‌خواهند تحلیل‌گر خانواده‌ها باشند و لذا، تلاش شده است تا برای تحلیل‌گران خانواده، کتاب درسی مناسبی محسوب گردد.

جا دارد در خاتمه از کسانی که مرا در مدون کردن روش تحلیل خانواده یاری کردند، تشکر و قدردانی کنم. از همه اساتیدم، به خصوص دکتر مهدی بینا، دکتر محمدولی سهامی، دکتر باقر ثنایی و دکتر آذرخش مگری تقدیر و تشکر می‌کنم. همچنین از مراجعینی که به من اعتماد کردند، منظورم آنهایی است که با من گریستند و خندیدند و صادقانه اندیشه و احساس خود را با من در میان گذاشتند، و با این کار، امکان بومی کردن و تدوین این روش را برای من میسر ساختند کامل تشکر و قدردانی رادارم.

از پدر و مادرم (پدر و مادر خودم و پدر و مادر همسرم) و خواهر و برادرانم (خواهر و برادران خودم، همسرم و همسرانشان) کمال تشکر را دارم. آنها صبورانه و پیگیرانه مرا تا رسیدن به آرزوهایم دستگیری کردند. دانش و کتاب من، تبلور آب شدن گوشت و پوست و استخوان آنها، یعنی عشق آنها است.

از همسرم، سمیرا، بی‌نهایت متشکرم. قبل از ازدواج با او پزشک عمومی ساده‌ای، فارغ‌التحصیل از دانشگاه علوم پزشکی تهران، در گوشه مطبی در شهر یزد، علاقه‌مند به روان‌شناسی بودم. با حمایت او بود که کارشناسی ارشد در رشته روان‌شناسی بالینی را در دانشگاه آزاد رودهن به پایان رساندم و به کار رسمی در رشته روان‌شناسی بالینی و به خصوص خانواده‌درمانی پرداختم و ... نظریه‌های خانواده‌درمانی را با تجربیاتی که از مراجعانم آموخته بودم، تلفیق کردم و ... اما این همه، بدون چشیدن طعم عشق و شرکت در بازی آسمانی به نام عشق‌بازی در خانواده‌ای سالم هیچ ارزشی نداشت. او بود که با من قماری عاشقانه کرد، طعم عشق را به من چشاند، و تفکر عاشقانه را به من آموخت. او و پسر، دانیال، خانواده‌ای سالم و عاشق را به من هدیه دادند. من آنها را تا بی‌نهایت عشق می‌پرستم.

سعید جهانشاهی ۱۳۸۸

بخش اول



مروری بر

روش تحلیل خانواده



تحلیل گر خانواده

حتما شما هم عضو خانواده‌ای هستید، چه خانواده پدری و چه خانواده خودتان (اگر متأهل هستید) و حتما تأثیر خانواده را بر خودتان، سلامتی یا بیماری و موفقیت یا شکستتان تجربه کرده‌اید. خانواده موجود پیچیده‌ای است. زنده است. کار می‌کند. تولیدمثل می‌کند و بالاخره ممکن است خوشبخت یا بدبخت شود. ما عضوی از خانواده هستیم. ما درون خانواده زندگی می‌کنیم. ماتحت کنترل آن هستیم. اما آیا خانواده هم تحت کنترل ما هست؟ آیا ما می‌توانیم متوجه اتفاقاتی که برای خانواده ما می‌افتد بشویم؟ این اتفاقات و تغییرات را پیش‌بینی کنیم و بالاخره طوری بر آن تأثیر بگذاریم که دلخواه ما شود؟!

خانواده موجود پیچیده‌ای است. زنده است. کار می‌کند. تولیدمثل می‌کند و بالاخره ممکن است خوشبخت یا بدبخت شود. ما عضوی از خانواده هستیم. ما درون خانواده زندگی می‌کنیم. ماتحت کنترل آن هستیم. اما آیا خانواده هم تحت کنترل ما هست؟ آیا ما می‌توانیم متوجه اتفاقاتی که برای خانواده ما می‌افتد بشویم؟ این اتفاقات و تغییرات را پیش‌بینی کنیم و بالاخره طوری بر آن تأثیر بگذاریم که دلخواه ما شود؟!

برای این کار می‌توان به روان‌شناسان خانواده یا خانواده درمانگران مراجعه کرد. اما این کار همیشه آسان نیست و کمتر کسی برای چنین مشورت‌هایی به متخصص مراجعه می‌کند. بسیاری از مردم برای یاد گرفتن نحوه کنترل خانواده‌هایشان (همسر، فرزند، مادر شوهر یا مادرزنشان و ...) به نزدیکانشان مراجعه می‌کنند. دوستان و آشنایان یا اقوام قابل‌اعتمادی

که در مورد خانواده خوب می‌دانند، تجربه‌دارند و می‌توانند به آنها کمک کنند. این افراد مشاور خانوادگی آنها هستند.

اگر هنوز ازدواج نکرده‌اید، یا اگر ازدواج کرده‌اید و هنوز دچار مشکل نشده‌اید و می‌خواهید در مورد نحوه کنترل کردن خانواده و نحوه تحلیل کردن آن بدانید، یا اگر طرف مشورت خانواده‌ها هستید و می‌خواهید هرچه علمی‌تر و صحیح‌تر به خانواده دوستان، آشنایان و اقوامتان کمک کنید، در این صورت شما همان کسی هستید که این کتاب برای او نوشته شده است.

به عنوان یک روان‌شناس خانواده همیشه این سؤال برای من مطرح بود که چنین کسی، مثل شما که خواننده این مطالب هستید، چه باید بداند تا بتواند زندگی خانوادگی خودش یا نزدیکانش را تحت کنترل داشته، در مسیر رشد و سلامتی نگه دارد؟ روش تحلیل خانواده، ماحصل تجربه من در این رشته و محصول تلاش من برای پاسخ به همین سؤال است.

روش تحلیل خانواده روشی است برای تحلیل، بررسی و رفع مشکل خانواده‌ها به زبانی ساده. با آموختن این روش افراد یاد می‌گیرند خانواده خود و اطرافیانشان را خوب تحلیل کنند و بر اساس این تحلیل‌ها، آن را خوب کنترل کنند و با کمک این کنترل‌کردن‌ها، خانواده خوشبختی داشته باشند.

برای آموختن روش تحلیل خانواده، این کتاب را خوب بخوانید و تمرین‌های آن را خوب انجام دهید. کتاب ساده‌ای است اما سخت‌ترین بخش آن، درک وجود و حضور موجودی به نام خانواده است که قصد درک و تحلیل آن را دارید. این نکته را حتماً به خاطر بسپارید.

روش تحلیل خانواده

برای تحلیل خانواده چه باید بدانید؟ برای پاسخ دادن

به این سؤال، اول باید بدانیم از خواندن این کتاب چه

قصدی دارید و به دنبال چه می‌گردید! شاید بگویید من همسری می‌خواهم که مطابق میل رفتار کند. می‌خواهم برخی خصوصیات اخلاقی‌اش عوض شود. می‌خواهم روی خانواده‌اش تأثیر گذار باشم. می‌خواهم همسرم دوستم داشته باشد. می‌خواهم بچه‌هایم دقیقاً آن‌طور که می‌خواهم، کاملاً علمی و دقیق تربیت شوند. می‌خواهم ... تمام این‌ها شدنی است اما متأسفانه یک مشکل وجود دارد.

از کجا بدانیم که این چنین توصیه‌های جادویی برای تأثیر بر همسر را، شما و همسران، هر دو نمی‌خواهید؟ چطور می‌شود به شما کمک کرد تا فرزندتان مطابق میل شما تربیت شود، همزمان به همسران هم کمک کرد تا فرزندتان مطابق میل خودش تربیت شود؟ اگر چنین آرزوهایی برآورده شدنی بود، یعنی می‌شد که فرزند یا همسران را مطابق میل خودمان درآوریم، سنگ روی سنگ بند نمی‌شد. ارزش این کتاب هم از کیمیا بیشتر می‌شد.

به نظر من نباید از خواست‌هایمان بگذریم. ما می‌خواهیم بچه‌هایمان را خوب تربیت کنیم. همسرمان دوستان داشته باشد و ... به نحوی که دیگری، یعنی همسر و فرزندمان هم به خوشبختی برسند و این در صورتی ممکن است که همه اعضای خانواده ما، یعنی کل خانواده ما سرحال و عاشقانه زندگی کنند. اگر همه راضی باشند، ما هم راضی هستیم. این طور نیست؟

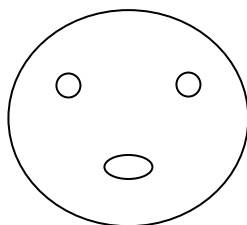
پس اولین چیزی که باید بدانیم تا بتوانیم به خواست‌هایمان برسیم این است که این کتاب (و کتاب‌های مشابه) کیمیا نیست تا مس را به طلا تبدیل کند و همه چیز را به دلخواه ما درآورد. اگر شما با چنین نیتی این کتاب را می‌خوانید، چیزی به دست نمی‌آورد. اما اگر می‌خواهید خانواده خودتان را تحلیل کنید تا کنترلش کنید تا سالم و خوشبخت زندگی کنید، منظورم شما، همسر و فرزندتان است، حتماً بقیه کتاب را بخوانید.

در روش تحلیل خانواده، ما دو نفر را در پیش روداریم. یکی شما، که می‌خواهید بدانید چگونه می‌توانید خانواده خودتان یا عزیزانتان یا دوستانتان را خوشبخت کنید و دیگری، موجودی زیبا و دوست‌داشتنی، به نام خانواده که قرار است سالم و خوشبخت شود. اما این خانواده چیست؟

فصل اول: خانواده

خانواده چیست؟ خانواده سالم چگونه است؟ خانواده مجموعه‌ای از زن و شوهر و فرزند است. پس منظور از خانواده مرد خانه نیست. زن خانه هم نیست. فرزند خانه هم نیست. چیزی فراتر از این‌ها یا مجموعه‌ای از این‌ها است.

برای اینکه موضوع واضح‌تر شود، اجازه بدهید تمرینی انجام دهیم. انگشت اشاره دست راستان را بلند کنید و روی صورتان بگذارید. انگشت را کجا گذاشته‌اید؟ دقت کنید!! شما انگشتان را روی بینی، روی گونه‌ها یا روی چانه و یا ... گذاشته‌اید. اما قرار بود انگشتان را روی صورتان بگذارید. پس یک‌بار دیگر امتحان کنید. این بار بیشتر دقت کنید!! باز هم نتوانستید. چون این بار هم انگشت خودتان را روی ... گذاشته‌اید، نه روی صورتان. چرا؟ چون صورت مجموعه‌ای است از همه این‌هایی که شما روی آنها انگشت گذاشتید. نه تک‌تک آنها و نه مخلوطی از آنها. صورت شما چیزی است متفاوت از این‌ها. برای این‌که صورت را ببینیم، باید آن را روی کاغذ بکشیم یا در برابر آینه بایستیم.



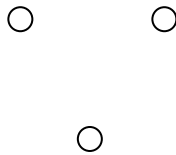
حالا انگشت خودتان را روی خانواده‌تان بگذارید. مواظب باشید. اشتباه نکنی!! چطور می‌خواهید این کار را انجام دهید؟ چون اگر انگشتان را روی فرزندتان بگذارید همسرتان دلخور می‌شود و اگر آن را روی همسرتان بگذارید فرزندتان دلخور می‌شود. تازه مگر شما جزو این خانواده نیستید؟ چطور انگشتان را روی خودتان، همسر و فرزندتان می‌گذارید؟ در صورتی می‌توانیم خانواده را بفهمیم که بتوانیم آن را روی کاغذ بکشیم. تا کل آن جلو چشمان باشد. تا بتوانیم آن را ببینیم. چطور می‌توانیم چیزی را تحلیل کنیم درحالی‌که نمی‌توانیم آن را ببینیم یا آن را درک کنیم؟! من می‌توانم صورت را روی کاغذ بکشم. وقتی

آن را کشیدم کسی به من نمی گوید که یک چشم کشیده‌ای. یا یک دهان کشیده‌ای. حتی شاید دیگران متوجه این اجزاء هم نشوند. آنها صورت را می بینند. کل صورت را، و در این صورت است که می توانند تحلیلی صحیح از صورت به ما بدهند.

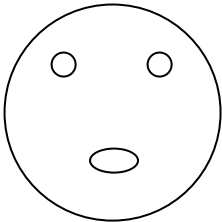
در مورد خانواده هم، اگر بتوان آن را روی کاغذ کشید، همه می توانند خانواده را ببینند، نه فقط مرد خانه را، یا زن و فرزند خانه را. آنها می توانند کل خانواده را ببینند. وقتی خانواده جلو چشم ما آمد، می توانیم آن را تحلیل و بررسی کنیم.

فکر می کنید اگر خانواده را روی کاغذ بکشیم چه شکلی می شود؟ خیلی با آن صورت فرق دارد؟ زشت است یا زیبا؟ به آدم‌ها بیشتر شبیه است یا خانه‌ها؟ بیایید با هم خانواده را روی کاغذ بکشیم. اگر توانستیم آن را روی کاغذ بکشیم و خوب به آن نگاه کردیم، تحلیل آن کاری ندارد.

برای کشیدن خانواده روی کاغذ، من اجزاء آن را روی کاغذ می کشم. اول علامت کوچکی روی کاغذ می کشم. این مرد خانه است. یکی دیگر کنارش، این خانم خانه است. این روزها یک بچه هم کافی است. درست مثل شکل زیر.



البته این افراد همین طوری کنار هم نمی نشینند. حریمی هم باید داشته باشند. شکل ما به چیزی نیاز دارد که این اجزاء را از اشکال دیگر دور و برش جدا کند.

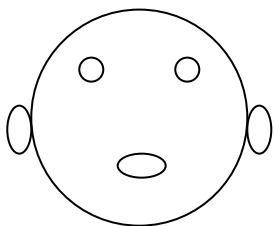


انگار خانواده هم مثل همان صورت است. انگار خانواده مثل آدم است. عجیب هم نیست. خانواده واحد بنیانی اجتماع است. اجتماع هم از آدم‌ها تشکیل شده است. خانواده مثل من و شما و همه ما است.

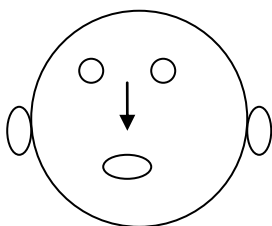
اگر این طور باشد پس همان طور که صورت با دو چشم و یک دهان صورت نمی شود، خانواده هم با زن و شوهر و بچه خانواده نمی شود. در خانواده محبت هست. تربیت هست. روابط با اقوام هست و

بقیه شکل را باید خلاقانه کشید تا برای اولین بار شاهد موجودی به نام خانواده باشیم. از دیدنش که نمی ترسید؟ موجودی که مریض می شود. شاد می شود. آزارمان می دهد. خوشبختمان می کند و چیزی بیش از ما است. ما در برابرش مثل چشم هستیم در برابر صورت.

فکر می کنم هر خانواده ای با خانواده های دیگر هم ارتباط دارد. بخصوص با خانواده پدری زوجین. معمولاً انتظار می رود خانواده از این طریق نصیحت گوش کند و تجربه بیاموزد و خانواده های دیگر در حریم خانواده ما رفت و آمد نکنند. پس دو گوش هم برای آن می کشیم.



اگر خانواده هم مثل آدم است، پس دماغ خانواده نشانه چیست؟ دماغ یک چیز سفتی است که از سمت چشم ها یعنی پدر و مادر مستقیم، صاف و قلمی، مثل شاقول ترازو به سمت دهان، یعنی فرزندان کشیده شده است. من فکر می کنم دماغ در خانواده نشانه قدرتی است که پدر و مادر بر فرزند اعمال می کنند. قدرت باید عادلانه، محکم و مشخص بر فرزند اعمال شود. دماغ نشانه شیوه فرزندپروری ما است. آنچه می بینید خانواده است و همه خانواده ها مثل آدم هستند. خانواده ما هم خوشبخت می شود، اگر مثل آدم باشد.



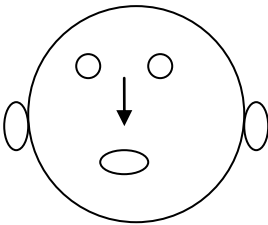
صورت کامل یک خانواده

اگر خداوند خانواده آدم‌ها را هم مثل آدم آفریده باشد، پس باید همه خصوصیات چهره آدم‌ها را داشته باشد. بنابراین فکر نکنم کسی از ما بپذیرد که خانواده همین طرح ساده است. خانواده موی سر هم دارد. ابرو هم دارد. پس ادامه می‌دهیم.

موهای سر نشانه سرمایه است. خانواده کم مو، خانواده‌ای کم سرمایه است. می‌توان سرمایه نداشت ولی خانواده داشت. آدم کچل ندیده‌اید؟

جالب اینکه خانواده‌ها هم مثل ما آدم‌ها به سرمایه‌هایشان می‌نازند و با به رخ کشیدن نحوه آرایش موهایشان، خودشان را زیبا جلوه می‌دهند. ماشین نو می‌خرند یا پز تحصیلات همسر یا سرمایه پدر را می‌دهند.

آنچه بین دو چشم قرار دارد و حرکت می‌کند یعنی پوست پیشانی همراه با ابروها یا به تعبیری، چشم و ابرو آمدن کنایه از روابط عاطفی زن و شوهر است. بازی است که زن و شوهر در برابر دیگران با هم انجام می‌دهند و نشانه وجود عواطف بین آنها است. گاه اخم می‌کنند. دعوا می‌کنند و گاه چشم و ابرو آمدن‌هایشان نشانه باز بودن چهره و شادی‌شان است.



ابروها هم از جنس مو هستند. واقعاً در مورد خانواده همین‌طور است. نوع رابطه بین زن و شوهر برای خانواده‌ها سرمایه است. این ابرو، آبروی آنها است. وقتی در یک مهمانی، شوهر به همسرش توجه و محبت می‌کند، خیلی مایه افتخار است. نشانه فرهنگ بالای خانوادگی آنها است.

از موقعیت گونه‌ها می‌توان فهمید که گونه‌ها رابطه‌ای بین والدین و فرزندان هستند، بین پدر و فرزند و بین مادر و فرزند. گونه‌ها از جنس پوست و گوشت صورت‌اند و حرکت می‌کنند. پس گونه‌ها هم مثل چشم و ابرو آمدن رابطه عاطفی هستند. گونه‌ها نشانه رابطه عاطفی هر یک از والدین با فرزندان هستند. گونه



باید بازی کند. یعنی مبادله محبت کند. اگر حرکت نکنند، فلج است. در خانواده‌ای که پدر (یا مادر) با فرزندش بازی نمی‌کند، نصف صورت خانواده فلج است.

بعضی چشم‌ها همیشه گریه می‌کنند و ندانسته، این گریه برای دهان یا همان بچه باعث مشکل می‌شود. اشک چشم‌ها و ریختن این اشک از مجاری بینی روی بچه نشانه خالی کردن غم‌ها و غصه‌های هر یک از والدین روی بچه‌ها است. جالب اینکه گاه چشم یعنی پدر یا مادر، فکر می‌کند که چون ظاهراً اشکی از چشم جاری نیست، بچه‌ها متوجه این غصه خوردن‌ها نمی‌شوند. درحالی‌که بچه‌ها مدام باید این مایع لزج و کثیف، یعنی غصه خوردن‌های چشم را از روی خودشان پاک کنند.

تا اینجا وضعیت اجزاء صورت یک خانواده طبیعی و روابط آنها با هم روشن شد. آیا این صورت زیبا هم هست؟ زیبایی صورت خانواده همچون سایر زیبایی‌ها به تناسب اجزاء آن مربوط است. اگر یک چشم مژه‌های بلند داشته باشد و چشم دیگر، کم‌پشت و کوتاه، صورت زشت می‌شود. یا اگر موهای سر یا سرمایه‌شان زیادی زیاد یا زیادی کم باشد یا فاصله دهان تا چشم‌ها به اندازه فاصله دو شهر باشد!! یا اگر چشم‌ها زیادی به هم نزدیک یا زیادی از هم دور قرار گرفته باشند، همه این‌ها می‌تواند صورت زیبای یک خانواده را زشت و غیرطبیعی کند.

شاید بپرسید چقدر یعنی زیبا؟ باید بگویم این‌ها را فرهنگ مشخص می‌کند. آن قدر که از

خیال می‌کنیم خیلی کارها می‌کنیم درحالی‌که ما نیستیم که در خیابان راه می‌رویم و در خانه‌هایمان زندگی می‌کنیم. ما نیستیم که خوشبخت و بدبخت می‌شویم. ما نیستیم که مریض می‌شویم. چشم و دهان که کاره‌ای نیستند. این آدم است که به خودش نمی‌رسد. بهداشتش را رعایت نمی‌کند و مریض می‌شود. طبیعی است وقتی این آدم یعنی خانواده مریض می‌شود علامت مریض شدنش را باید در چشم و گوش و ... دید، اما نباید فراموش کنیم آدمی که واقعاً مریض شده و احتیاج به کمک دارد چشم نیست. گوش هم نیست. خانواده است.

چشم دیگران، اجزاء این صورت به هم بیایند! اگر مردم به فرم موهای شما می‌خندند، موهایتان مشکل دارد. یا اگر می‌گویند رفتار فرزندتان در شأن خانواده شما نیست یعنی ...

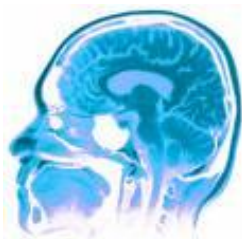
فکر می‌کنم چهره خانواده کامل تر شد. ما الآن می‌توانیم خانواده را ببینیم. می‌توانیم با او حرف بزنیم. تحلیل و بررسی و بالاخره کنترلش کنیم. البته

این صورت ظاهر خانواده بود. خانواده کار می کند. فکر می کند، عمل می کند. یک صورتک ظاهری نیست. پس مغز هم دارد. مجمله هم دارد. احتمالاً خانواده دست و پیا هم دارد و مثل یک آدم کامل در این جامعه زندگی می کند و ما، یعنی زن ها، شوهرها و بچه ها، مثل چشم و دهان، جزئی از این خانواده ها هستیم. خیال می کنیم خیلی کارها می کنیم در حالی که ما نیستیم که در خیابان راه می رویم و در خانه هایمان زندگی می کنیم. ما نیستیم که خوشبخت و بدبخت می شویم. ما نیستیم که مریض می شویم. چشم و دهان که کارهای نیستند. این آدم است که به خودش نمی رسد. بهداشتش را رعایت نمی کند و مریض می شود. طبیعی است وقتی این آدم یعنی خانواده مریض می شود، علامت مریض شدنش را باید در چشم و گوش و ... دید. اما نباید فراموش کنیم آدمی که واقعاً مریض شده و احتیاج به کمک دارد، چشم نیست. گوش هم نیست. خانواده است.

مغز خانواده؟

پشت صورت خانواده

خانواده نمی تواند همین صورت ظاهر باشد. پشت صورت خانواده دو چیز عمده قرار دارد: مغز و مجمله. مغز از دو نیمکره تشکیل شده است. یکی سمت راست و دیگری سمت چپ، این دو نیمکره مغز با هم درون مجمله قرار می گیرند. دو نیمکره مغز، همان نیمه ژنتیکی خانواده های پدری زن و شوهر هستند که در بستر مجمله همچو دو دل داده در کنار



هم آرمیده اند و با هم تشکیل موجود جدیدی به نام خانواده داده اند. احتمالاً این دو همان دانش، فرهنگ، باورها و نقش هایی هستند که زن و شوهر با خود از خانواده پدری شان به کله این آدم جدید آورده اند. از همین جا می توان فهمید که ما تاکنون، در صورت خانواده، فقط دو چشم را نشانه زن و شوهر دانسته بودیم. در حالی که احتمالاً وجود و گوهر زن و شوهر، همان دو نیمکره مغز است که درون صدفی به نام مجمله نگه داشته می شوند و ما فقط می توانیم بخش کوچکی از آنها، یعنی چشم ها را ببینیم.

از همین مغز است که دستوراتی به صورت داده می‌شود. مغز به چشم‌ها دستور می‌دهد که کجا را ببینند یا به گونه‌ها که چه موقع حرکت کنند و یا به گوش‌ها که چه چیزهایی را بشنوند یا نشنیده بگیرند و بالاخره به بچه که چه بگوید و چطور زندگی کند. اطلاعات موجود در مغز است که خانواده را حرکت می‌دهد و آن را سالم یا بیمار می‌کند.

اگر یک نیمکره مغز به یک چشم دستوری بدهد اما نیمکره دیگر به چشم دیگر دستور دیگری بدهد چه اتفاقی می‌افتد؟ می‌گویند چشم‌ها لوچ شده‌اند، اما در خانواده، می‌گویند زن و شوهر تفاهم ندارند!! آدم‌های لوچ مثل خانواده‌هایی هستند که چشم‌هایشان تفاهم ندارند. وقتی صحبت از مسافرت در عید نوروز می‌شود، یکی به سفر خارج نگاه می‌کند و دیگری به روستای اجدادی‌اش.

برای تعیین مشابه استخوان‌بندی جمجمه در خانواده باید به دنبال موضوعی در روان‌شناسی خانواده گشت که همچون اسکلت‌بندی یک ساختمان، خانواده را استوار نگه دارد. مثل موهای سر یا سرمایه نباشد که اگر نبود، مهم نباشد. تصور کنید چشم و گوش بدون جمجمه گوشه‌ای افتاده باشند. این اجزاء کنار هم کله آدمیزاد محسوب نمی‌شوند! اما جمجمه‌ای بدون چشم یا گوش، کله آدم است هرچند طبیعی نیست.

جمجمه خانواده؟

جمجمه استخوان محکمی است که نیمکره‌های مغز و چشم‌ها را محکم در خود نگه‌داشته است. پس استخوان‌بندی جمجمه، پیونددهنده زن و شوهر و نگه‌دارنده خانواده است. البته فقط جمجمه نیست که اسکلت‌بندی کله آدم را تشکیل می‌دهد. استحکام این ساختمان، یعنی کله خانواده، از گوشت و پوست در صورت شروع و تا استخوان بسیار محکمی در مرکز جمجمه ختم می‌شود.

برای یافتن نقش جمجمه در خانواده، باید ببینیم چه چیزی در خانواده پیونددهنده زن و شوهر با هم و با بچه‌ها است. واقعاً چه چیزی در خانواده می‌تواند زن و شوهر را در کنار هم نگه دارد؟ مهریه؟ قانون و دادگاه؟ اقوام دو طرف؟ یا ... احتمالاً هیچ کدام، چون این‌ها برای

نگه داشتن خانواده‌های بیمار بکار می‌روند نه خانواده‌های سالم. خانواده‌های سالم برای پیوند دادن زن و شوهر چه می‌کنند؟

در فرهنگ ما و بسیاری از فرهنگ‌های دیگر تشکیل خانواده با پیمانی آغاز می‌شود. پیمانی که بین زن و شوهر بسته می‌شود تا به هم مهر ورزیده و وفادار باشند. در فرهنگ باستانی ما ایرانیان، پیمان مهری بین پادشاهان با خداوند بسته می‌شد و نشانه عقد این پیمان، حلقه سنگی بود که به پادشاه اعطا می‌گشت. حلقه‌ای که امروزه، نشانه پیمان مهر بین زن و شوهر قلمداد می‌شود. هیچ چیز نمی‌تواند زن و شوهر را در کنار هم نگه دارد مگر مهر و محبت. محبتی که در خانواده تا مرز عشق پیش می‌رود. اما آیا می‌توان عشق را مجموعه خانواده دانست؟

عشق و عشق‌بازی

خانواده‌های زیادی را می‌توان یافت که در آنها زن یا شوهر عشق زیادی نسبت به همسرش دارد. عشقی که

قابل انکار نیست اما همه می‌دانیم که این عشق قلبی، نمی‌تواند برای خانواده استحکام‌بخش باشد. ما برای کنار هم ماندن به چیزی بیش از عشق در قلبمان نیاز داریم. اگر مردی عاشق همسرش باشد اما به او عشق و محبتش را ابراز نکند، چه ارزشی دارد؟! عشق بدون عشق‌بازی هیچ نیست.

عشق اکسیری است که کانون خانواده را گرم کرده و آن را کامل می‌کند. عشق است که دو نیمکره مغز را در کنار هم قرار داده و این دو

دل‌داده عاشق را در قالب یک کله آدم کامل، کامل می‌کند. عشق آدم‌ها را یکی می‌کند و وحدت می‌دهد.

مجموعه نمی‌تواند عشق باشد. آنچه واقعاً استحکام‌بخش خانواده‌ها است و زن و شوهرها را در کنار هم نگه می‌دارد، عشق‌بازی آنها با همدیگر است. عشق‌بازی همچون گوشت و پوست و استخوان

ما برای کنار هم ماندن به چیزی بیش از عشق در قلبمان نیاز داریم. اگر مردی عاشق همسرش باشد، اما به او عشق و محبتش را ابراز نکند، چه ارزشی دارد؟! عشق بدون عشق‌بازی هیچ نیست. عشق اکسیری است که کانون خانواده را گرم کرده و آن را کامل می‌کند.