

# بررسی گروه کاوانهٔ ماتریکسِ همشیری

خواهرها و برادرها چگونه زندگی  
ما را شکل می دهند

تألیف

وال پارکر

ترجمه

نینا جمشیدنژاد



# فهرست

- ۷..... بررسی گروه‌کاوانهٔ ماتریکس همشیری
- ۹..... تقدیر و تشکر
- ۱۱..... پیشگفتار
- ۱۳..... مقدمه
- بخش اول: زندگی همشیری..... ۱۷**
- ۱۹..... ۱: همشیر شدن
- ۳۴..... ۲: بزرگ شدن با یکدیگر
- ۵۰..... ۳: زمانی که همشیرها به گروه تبدیل می‌شوند: چالش یافتن جایگاه خود
- ۶۸..... ۴: ماتریکس همشیری بزرگسالانه و ریشه‌های آن در نوزادی
- ۸۳..... ۵: فقدان همشیر
- بخش دوم: ماتریکس همشیری در کار بالینی..... ۱۰۳**
- ۱۰۵..... ۶: همشیر در اتاق درمان
- ۱۲۳..... ۷: کار با ماتریکس همشیری در گروه
- ۱۴۱..... ۸: به‌سوی نظریهٔ همشیری گروه‌کاوانه: فائق آمدن بر نقطهٔ کور همشیری
- بخش سوم: ماتریکس همشیری در دنیای وسیع‌تر..... ۱۵۹**
- ۱۶۱..... ۹: ماتریکس همشیری در سازمان‌ها
- ۱۷۳..... سخن آخر: ماتریکس همشیری در دنیای امروز ما
- ۱۷۷..... منابع
- ۱۸۱..... واژه‌نامهٔ انگلیسی به فارسی
- ۱۸۳..... واژه‌نامهٔ فارسی به انگلیسی

# بررسی گروه کاوانه ماتریکس همشیری

بررسی گروه کاوانه ماتریکس همشیری: خواهرها و برادرها چگونه زندگی ما را شکل می‌دهند رویکردی نو به مسئله همشیرها دارد؛ تنیده بودن این روابط را در تار و پود خانواده بررسی می‌کند، به نحوه شکل‌گیری زندگی ما از طریق تجربه‌های همشیری می‌پردازد، تأثیر این تجربیات را بر روابط ما و بر رابطه با دوستان و همکاران به رسمیت می‌شناسد و از تأثیر این تجربیات بر اینکه چطور جای خود را در گروه‌ها و جامعه برمی‌گزینیم، می‌گوید.

کتاب سه بخش دارد. بخش اول بر چرخه زندگی همشیری متمرکز است و تغییر و تحول این روابط را در طول زندگی با توجه به بستر و شرایط بررسی می‌کند. در بخش دوم، پارکر با استفاده از نمونه‌های بالینی به این مسئله می‌پردازد که درمانگران فردی و گروهی چگونه می‌توانند تفکر خود را به گونه‌ای وسعت دهند که ماتریکس همشیری را در بر بگیرد. بخش آخر بررسی می‌کند ماتریکس همشیری چطور در زندگی سازمانی نمود پیدا می‌کند و به این موضوع می‌پردازد که ما چطور می‌توانیم در بستر ماتریکس همشیری جهانی خود رشد و همکاری دوجانبه‌ای را تجربه کنیم.

کتاب با تکیه بر تجربه بالینی غنی نویسنده، ماجراهای شخصی و نمونه‌های بالینی روشنگری را شامل می‌شود که واقعیت‌ها و نکات ظریف، موارد خوب و بد، جنبه‌های سالم و حمایتگر و همچنین جنبه‌های بالقوه آسیب‌زننده روابط همشیری را در برابر چشم خواننده به زندگی درمی‌آورند. کتاب که زبانی همه‌فهم دارد، دعوتنامه‌ای غنی و پاداش‌دهنده به تأمل بر تجربه‌های شخصی خود ما - چه به‌عنوان بالینگر، پژوهشگر یا عضوی از ماتریکس همشیری خودمان - است.

وال پارکر روان‌درمانگر و گروه‌کاو در مطب شخصی خود در آکسفوردشایر غربی کار می‌کند. او در دانشگاه آکسفورد مدرس برنامه آموزشی دوره روان‌پوشی و نیز عضو تیم دوره اعطای صلاحیت گروه‌کاو در تیرانای آلبانی است. در وبسایت [www.valparkerpsychotherapy.com](http://www.valparkerpsychotherapy.com) می‌توانید اطلاعات بیشتری درباره‌ی وال به دست آورید.

«کتاب پارکر حیطه‌ای مهم را در پویایی‌های خانواده که اغلب نادیده انگاشته می‌شود، کاوش می‌کند.»  
**سالی ویکرز**، روان‌درمانگر سابق و نویسندهٔ رمان‌های پرفروش

«این کتاب شکاف موجود در تفکر گروه‌کاوی را که افراد بارها به آن نگریسته و دوباره نادیده‌اش گرفته‌اند، پر می‌کند: یعنی روابط همشیری و نقش آنها در روان‌درمانی، گروه‌کاوی و زندگی. دست‌اندرکاران احتمالاً به این دلیل همشیرها را نادیده گرفته‌اند که جرأت اعتراف به این مسئله را ندارند که این روابط اغلب قدرتمندتر از پویایی‌های والد-فرزند هستند. دستاورد وال پارکر این است که رو برنگردانده و به اهمیت و قدرت روابط همشیری در خانواده و گروه‌های درمانی پرداخته است. خواندن این کتاب را به تمام افرادی که با گروه‌ها کار می‌کنند توصیه می‌کنم.»

**گرهارد ویلکه**، گروه‌کاو، نویسندهٔ هنر گروه‌کاوی در سازمان‌ها

«پیام اساسی این کتاب این است که روابط همشیری ما به ما کمک می‌کند خویشتن اجتماعی خود را سازمان دهیم و ما را انسانی‌تر می‌کند. ما در این ماتریکس دربارهٔ رقابت و همکاری می‌آموزیم و یاد می‌گیریم که خویشتن اجتماعی ما به شکلی دوسویه ساخته می‌شود. نویسنده با استفاده از موارد بالینی فراوان روشن می‌کند چگونه پویایی‌های همشیری در درون گروه به حرکت درمی‌آیند. این کتاب برای تمام افرادی است که به شکلی فزاینده از نیاز به همکاری با دیگران برای حفظ بقایمان آگاه می‌شوند. کتاب به شکلی قانع‌کننده به ما نشان می‌دهد که این کار را باید با پرورش دادن خویشتن همشیری اجتماعی خود آغاز کنیم.»

**پروفسی کولز**، روان‌درمانگر، نویسندهٔ اهمیت روابط همشیری  
در روان‌کاوی، مهمانی ناخوانده از گذشتهٔ از یاد رفته و سایهٔ مادر دوم

«این کتابی به‌جا و مهم است که با نگاهی گروه‌کاوانه به حوزهٔ نادیده‌گرفته‌شدهٔ پویایی‌های همشیری می‌پردازد. نویسنده ماتریکس همشیری را از دیدگاه‌های رشدی، روان‌کاوی و فرهنگی-اجتماعی می‌نگرد و با ارائهٔ نمونه‌های روشنگری از کار بالینی خود اندیشه‌هایش را به زندگی درمی‌آورد. من با تمام وجود این کتاب را به تمام بالینگرانی توصیه می‌کنم که قصد دارند به درک خود از پویایی‌های خانواده عمق بیشتری ببخشند.»

**سیلویا هاجینسن**، گروه‌کاو

## پیشگفتار

ما به‌عنوان نوزاد به دنیایی وارد می‌شویم که جوهر و اساسی اجتماعی دارد. چه در بستر خانواده‌ای هسته‌ای متولد شویم یا ساختاری گسترده‌تر از خانواده، بلافاصله جای خود را در گروه پیچیده‌ای از چندین نسل پیدا می‌کنیم. آنهایی که نزدیک‌ترین این تجربه را با ما شریکند، همشیره‌های ما هستند؛ نه فقط خواهرها و برادرهای زیستی، که خواهران و برادران ناتنی یا نیمه‌تنی، عموزاده‌ها، عمه‌زاده‌ها، خاله‌زاده‌ها و دایی‌زاده‌ها یا سایرینی که به هر شکل در تجربه بزرگ شدن ما با ما سهیم هستند.

همشیره‌ها به‌صرف ماهیتی که دارند در ماتریکس خانواده تنیده شده‌اند. پیوندهای آنها، نگرشی که نسبت به یکدیگر دارند و جایگاهی که در گروه همشیری به خود اختصاص می‌دهند همه به‌شدت با شرایطی که در آن بزرگ می‌شوند و با باورها و انتظارات مراقب‌هایشان مرتبط است. رفتاری که با آنها می‌شود تأثیری اساسی بر روابط آنها با یکدیگر و در دنیای بزرگ‌تر دارد.

مفهوم «ماتریکس» در اندیشه گروه‌کاوانه نقشی اساسی دارد و پیوندهای مشترکی را تعریف می‌کند که در درون گروه‌های خاص شکل می‌گیرند. این کتاب ماهیت ماتریکس همشیری را بررسی می‌کند و به این مسئله می‌پردازد که این ماتریکس چگونه به زندگی ما و نحوه رابطه گرفتارمان با دیگران شکل می‌دهد. ماتریکس همشیری تأثیری اساسی بر دوستی‌ها، روابط و ازدواج ما دارد. همچنین نگرش ما را به‌عنوان والد و مراقب، کارمند و کارفرما و شهروند شکل داده و رنگ‌آمیزی می‌کند.

به‌نظر می‌رسد در عصر مالکیت و مصرف‌گرایی که هدف قدرت و ثروت هرچه بیشتر است، تماس خود را با «خواهر/ برادری» ذاتی خود از دست داده‌ایم؛ منظور حس شریک شدن دنیا با دیگران است که از لحظه تولد ما آغاز می‌شود. باین‌حال، ما از تبار جامعه شکارچی-گردآورندگان هستیم که نه به دلیل برتری جسمی یا ذهنی، که به خاطر توانایی درونی‌شان برای همکاری و برقراری ارتباط بقا پیدا کردند. قدرت ما در پیوندهایی است که شکل می‌دهیم، اما تمرکزی نابه‌جا و دور از طبیعتمان بر پیش‌روی و رقابت و برنده شدن ما را در خطر از دست دادن بزرگ‌ترین دارایی‌مان قرار داده است. ماتریکس همشیری در ضمن بخشی از ماتریکس انسانی است. لازم است بار دیگر اهمیت آن را احیا کنیم.

## مقدمه

### ماتریکس همشیری

کلمه ماتریکس حس و حالی جادویی و رازآلود با خود به همراه دارد. این مفهوم تصاویر علمی-تخیلی آزاردهنده‌ای را به ذهن متبادر می‌کند؛ جهان زیرین تیره و تار یا معماهای پیچیده ریاضی. کلمه ماتریکس از واژه *matrice* در زبان فرانسوی باستان گرفته شده است که به معنای رجم است و خود از واژه *mater* به معنای مادر در زبان لاتین پسین ریشه گرفته است. از آن زمان کلمه ماتریکس موارد استفاده مرتبط بسیاری داشته است؛ از جمله اشاره به مکانی که چیزی در آن آرام گرفته یا شکل می‌گیرد و رشد می‌کند، ساختاری مراقب یا دربرگیرنده، توده‌ای محاط یا دربرگیرنده، قالب، مهر چاپ یا بستری تعبیه شده در تخته سنگ (دیکشنری انگلیسی آکسفورد، ۲۰۱۸).

اس. اچ. فولکس (۱۹۷۶-۱۸۹۸) پایه‌گذار روان‌درمانی گروه‌کاوانه، کلمه ماتریکس را به عنوان اصطلاحی در گروه‌کاوی به کار گرفت تا ارتباطات ژرف و معماگونه‌ای را که ما را در گروه‌های خاص به هم مرتبط می‌کنند، تعریف کند. این مفهوم خود به بوت‌های برای پیشرفت اندیشه‌های گروه‌کاوانه درباره گروه و زندگی ارتباطی تبدیل شده است.

### مفهوم ماتریکس در گروه‌کاوی

اندیشه‌های گروه‌کاوانه بر پایه این اصل شکل گرفته‌اند که ذهن انسان «پدیده‌ای اجتماعی» است (ای. فولکس، ۱۹۹۰، ص. ۱۴). فولکس معتقد بود دنیاهای درونی ما (افکار، احساسات و واکنش‌های احساسی ما) با دنیای درونی اطرافیان ما در هم تنیده است. «آنچه درون است، بیرون است.» (امر اجتماعی) بیرونی نیست، در عوض بسیار درونی است و به درونی‌ترین ابعاد وجودی شخصیت فرد نفوذ می‌کند» (اس. فولکس، ۱۹۹۰b، ص. ۲۲۷). او تمام گروه‌ها را سیستم‌هایی در نظر می‌گرفت که در قید شبکه «فرآیندهای فرافرادی» هستند (اس. فولکس، ۱۹۹۰d، ص. ۲۵۳) و باور داشت جریان مداومی بین دنیای درونی و بیرونی برقرار است؛ یعنی بین ذهن ما و ذهن اطرافیانمان. این ارتباطات ما را به یکدیگر پیوند می‌دهند و اصل و اساس حس تعلق ما را شکل می‌دهند.

این ارتباطها می‌توانند اعمال، پیام‌های فعال، رفتارهای کلامی، عملکرد، حرکت، ابراز بیانی به شکل ابراز خلق و احساسات گوناگون، انتقال خلق در سکوت یا حتی به شکل تله‌پاتی باشند. (ای. فولکس، ۱۹۹۰، ص. ۱۴)

هر گروهی روش‌های خاص خود را برای به هم پیوستن شکل می‌دهد. همین پیوندهای متقاطع است که ماتریکس را می‌سازد:

ماتریکس شبکه فرضی برقراری ارتباط و رابطه در هر گروه است. همان بستر مشترکی که درنهایت معنا و مفهوم تمامی وقایعی را که همه ارتباطات و تفاسیر (کلامی و غیرکلامی) به آن متکی هستند، مشخص می‌کند.

(اس. فولکس، ۱۹۶۴، ص. ۲۹۲)

## ماتریکس همشیری

در گروه‌های ماتریکس را اغلب «مادر زمین» می‌خوانند (فولکس، ۱۹۹۰a، ص. ۲۱۲) که به خصوص برای توصیف دنیای خواهرها و برادرها مناسب است. خواهرها و برادرها درحالی‌که با یکدیگر بزرگ می‌شوند، روش‌های مجزا و صمیمانه‌ای از ارتباط را شکل می‌دهند. آنها رازها، لطیفه‌ها و داستان‌هایی را با یکدیگر شریک هستند، بازی‌های خاص و زبانی شخصی اختراع می‌کنند و درباره یکدیگر، خانواده و دنیا فرض‌ها و نگرش‌هایی مشترک دارند. این ارتباطات عمیق و درک دوسویه آنها را به یکدیگر پیوند می‌دهند. اینها اصل و اساس ماتریکس همشیری هستند.

همشیرها می‌توانند منبعی حیاتی از مراقبت و حمایت باشند. ممکن است خواهرها و برادرهای ما تنها حاضران همیشگی در زندگی ما باشند؛ تنها افرادی که کنار ما می‌ایستند؛ تنها افرادی که مواظب ما هستند، از ما حمایت می‌کنند و ما را تسکین می‌دهند. خواهرها و برادرها می‌توانند پیوندی حیاتی به حس خانه و تعلق برای ما باشند؛ حتی نسبت به موطنمان. خواهرها و برادرها همچنین می‌توانند دشمنانی تلخ و بی‌رحم باشند که آنها را به‌عنوان ابره‌هایی آسیب‌رسان و یادآوری از جنگ و ستیز و نفرت در روان خود حمل کنیم. ما تمام این تجربیات را با خود به زندگی بزرگسالی مان می‌بریم. همین تجربه‌ها هستند که احساس ما را درباره خودمان در دنیا و شیوه برقراری ارتباطمان را با دیگران شکل می‌دهند. ماتریکس همشیری برای حس ما از خویشتن اساسی و ذاتی است.

## ماتریکس به عنوان یک ابژه گذار

گلن (گلن، ۱۹۸۷) معتقد است ماتریکس اساساً دربارهٔ تعلق است: «من ماتریکس را به صورت بودن درک کردم؛ ساده بگویم یک جور حس تعلق؛ نوعی آگاهی سیری که چندان با کلمات قابل توصیف نیست» (گلن، ۱۹۸۷، ص. ۱۰۹). نه تنها اعضای گروه به شکلی متقابل ماتریکس را شکل می دهند، این ماتریکس به شکل فکر، حس و احساسی باقی می ماند که وقتی اعضا از یکدیگر جدا هستند آنها را به هم پیوند می دهد. پاول می نویسد:

ماتریکس متعلق به هیچ کس و همه کس است. فضایی است که خیالپردازی می تواند به خواست افراد در آن فرافکنی شود و می تواند در صورت نیاز به وسیلهٔ عضو گروه بین گروه‌های مختلف حمل شود؛ مایملکی ارزشمند که بی شباهت به پتوی کهنه و محبوب کودک نوپا نیست.  
(پاول، ۲۰۰۰، ص. ۱۵)

عضو یک گروه درمانی می گفت تصور می کند هم گروهی هایش را در طول هفته در کوله پشتی اش با خود حمل می کند. این تصویر به او آرامش می داد و در عبور از موانع به وی کمک می کرد. این نگاه به «ماتریکس» به عنوان چیزی که می توان با خود «حمل کرد» ما را به مفهوم «پدیدهٔ گذار» (وینیکات، ۱۹۷۱) می رساند؛ یعنی اشیا یا جنبه‌هایی از تجربه که نوزاد از طریق آنها ارتباط خود را با مادر غایب حفظ می کند: «پلی بین دو دنیای درون و بیرون» (فیلیس، ۲۰۰۷، ص. ۱۱۴).

در نتیجه ماتریکس همشیری را می توان همچون فضای گذاری میان خواهرها و برادرها در نظر گرفت که در طول زمان در خاطرات، احساسات، افکار، خیالپردازی‌ها یا رؤیاهای مشترک باقی می ماند؛ نخ‌هایی که از درون آنها را به ریشه‌های مشترکشان و به حس ارتباط و تعلقشان متصل می کند.

## معانی گسترده‌تر ماتریکس همشیری

ماتریکس همشیری یک منطقهٔ روانی همگانی است که همچون زیبابینی مدام تغییر می کند و دگرگون می شود. این ماتریکس پیش از تولد ما در ذهن پدر و مادر، عمه و عمو، دایی و خاله، پدربزرگ و مادربزرگ و خواهرها و برادرهای بزرگ‌ترمان وجود دارد؛ همچنین در انتظارات محیط و جامعهٔ اطراف ما. زمانی که ما پا به دنیا می گذاریم، این ماتریکس تحت تأثیر تجربیات شخصی ما تغییر کرده و اصلاح می شود.

خواهرها و برادرها در طول زندگی همراه ما هستند. حتی اگر با آنها قطع رابطه کنیم و هرگز تماسی با هم نداشته باشیم، همچنان بر افکار و رفتارهای یکدیگر تأثیر می گذاریم. خواهر و برادر را نمی شود طلاق داد. با این حال، هر چند ممکن است لزوماً نتوانیم روابط همشیری آسیب‌دیده یا گسسته



را ترمیم کنیم، مجبور نیستیم مدام همین روابط را تکرار کنیم. ما می‌توانیم بیاموزیم نگاه خود را تغییر داده و خود را از این وسوسه برهانیم که هر زمان ماتریکس همشیری در ما فعال شد با دیگران هم همان رفتار را داشته باشیم. هرچه بیشتر از حضور همشیرهای خود در دنیای درونی‌مان آگاه شویم، بهتر می‌توانیم فرض‌ها و الگوهای سفت‌وسخت خود را تغییر دهیم و از نو با گرما و محبت بالقوه‌ای که خواهرها و برادرها می‌توانند برای یکدیگر به ارمغان آورند، پیوند برقرار کنیم.

ماتریکس همشیری به تمام گوشه و کنار زندگی ما سرک می‌کشد. بر شیوهٔ برخورد ما با دوستان، والدین و همکاران تأثیر می‌گذارد و اثر آن تا سازمان‌ها، اجتماعات، فرهنگ و جامعه گسترده شده است. همشیر بودن امری همگانی و بسیار حائز اهمیت است. لازم است توجه بیشتری بذل آن شود. این کتاب به سه بخش تقسیم شده است. بخش اول بر زندگی همشیری متمرکز است و مشخص می‌کند روابط همشیری در طول چرخهٔ زندگی چه تغییر و تحولاتی را از سر می‌گذرانند و نقش حیاتی والدین را بررسی می‌کند. بخش دوم بر کار بالینی تمرکز دارد و به این مسئله می‌پردازد که آگاهی بیشتر از ماتریکس همشیری چگونه می‌تواند بر کار درمانی با افراد و گروه‌ها تأثیرگذار باشد. بخش سوم به موضوع گسترده‌تر ماتریکس همشیری و چگونگی نمود یافتن آن در سازمان‌ها، جامعه و دنیای امروز می‌پردازد.

هدف این کتاب این است که پرسش ایجاد کند، نه اینکه لزوماً پاسخ‌ها را بیابد. من به این مسئله علاقمندم که چطور توجه عمیق‌تر به تأثیر ناخودآگاه مسائل مرتبط با همشیرها می‌تواند بر رابطهٔ ما با دیگران و بر درک ما از خودمان تأثیر بگذارد. این کتابی تنها برای روانکاوان گروهی نیست. کتابی است دربارهٔ اینکه چطور اندیشه‌های گروه‌کاوی بر کار روان‌شناسی و روان‌درمانی تأثیر می‌گذارد؛ کتابی برای مشاوران، روان‌درمانگران، روان‌شناسان و روانکاوان. همچنین کتاب برای تمام کسانی است که مایلند خود را بهتر بشناسند.

# بخش اول

## زندگی همشیری

### مقدمه

یکی از موانعی که در مسیر درک و فهم ماتریکس همشیری وجود دارد این است که این ماتریکس در نوسانی دائم است. همشیرها ممکن است سالها در گروهی دو یا سه نفره به سر برده باشند و بعد خواهر یا برادر دیگری به آنها اضافه شده باشد. خواهر یا برادری که در رقابتی مدام بوده است، ممکن است ناگهان وارد مرحله رشدی تازه‌ای شود؛ به مدرسه جدید، سر کار یا به دانشگاه یا به خانه‌ای تازه برود. ممکن است عموزاده‌ای یا فرزندخوانده‌ای به خانواده ملحق شود. جنگ، قحطی یا مشکلات خانوادگی ممکن است خواهر و برادرها را از هم جدا کند و باعث شود در خانه‌ها یا حتی کشورهای متفاوتی بزرگ شوند.

روابط میان همشیرها از نظر احساسی نیز مدام تغییر می‌کند و در گستره وسیعی از تجربیات در نوسان است. خواهرها و برادرها ممکن است لحظه‌ای همراهانی بامحبت و بازیگوش برای یکدیگر باشند و لحظه بعد به حریفانی سرسخت و در حال رقابت تبدیل شوند. آنها می‌توانند نقش والدی یا الگو را داشته باشند، منبعی مادام‌العمر از آرامش و حمایت باشند، پیوندهایی نزدیک شکل دهند که در نسلی از عمه‌ها، عموها، خاله‌ها، دایی‌ها و عموزاده‌ها و... باقی می‌ماند. همچنین می‌توانند به دشمنانی سرسخت تبدیل شوند و شکاف‌های دردناکی را ایجاد کنند که تا دهه‌ها در خانواده باقی می‌ماند. تمام این تجربیات همشیری نقشه راهی را شکل می‌دهند که واکنش‌های ما را به رقابت و همکاری، فرض‌هایی را که درباره دیگران شکل می‌دهیم و نوع رابطه‌هایی را که برقرار می‌کنیم، تعیین می‌کنند.

این بخش نخست کتاب نگاهی عمیق به تجربه همشیر بودن دارد. در این بخش نمودار چرخه زندگی همشیری را بررسی می‌کنیم و در این زمینه تأمل می‌کنیم که برادرها و خواهرها چگونه در کنار یکدیگر از وقایعی که زندگی پیش پایشان قرار می‌دهد عبور می‌کنند. این بخش به اشکال مختلف همشیر بودن در فرهنگ‌ها و در ساختارهای خانوادگی مختلف می‌پردازد و بررسی می‌کند که این روابط چگونه از نگرش‌های والدین، فرهنگ و اجتماع و نیز از وقایعی همچون فقدان، بیماری، صدمات شدید یا مهاجرت تأثیر می‌پذیرند.

## همشیر شدن

هر سال میلیون‌ها نوزاد در خانواده‌ها متولد می‌شوند. میلیون‌ها کودک صاحب خواهر یا برادر جدیدی می‌شوند. باین‌حال، با وجودی که این مسئله از «طبیعی»ترین و قابل‌انتظارترین وقایع در زندگی ما است، تولد برادر یا خواهر جدید می‌تواند تجربه‌ای آزاردهنده و ضربه‌ای سخت باشد و نباید تأثیر آن را دست کم گرفت. چه خانواده مدت‌ها مشتاقانه در انتظار این نوزاد بوده باشد، چه با احساسی دوگانه و ترس به زمان تولد نزدیک شود، تولد نوزاد اساساً وضعیت کنونی را به هم می‌ریزد و برای تمام اعضای خانواده با پیامدهایی همراه است. نظم قدیمی برای همیشه تغییر خواهد کرد. زندگی دیگر هرگز همچون گذشته نخواهد بود.

تولد هر کودک آغاز رابطه‌ای بسیار نزدیک بین نوزاد و مادرش است، اما درعین‌حال واقعه‌ای است که عواقب گسترده‌ای برای تمام اعضای خانواده دارد. تک‌فرزندی که تمام توجهات را برای خود داشته، ناگهان مجبور است فضای خود را با دیگری شریک شود. از کودکی که تا کنون به‌عنوان یک نوزاد در ناز و نعمت بود انتظار می‌رود بزرگ شود. پدر باید حمایت بیشتری فراهم کند و خویشاوندان محبوب یا منفور یا حتی افرادی غریبه ممکن است مأمور مراقبت از خواهرها و برادرها شوند. از بچه‌ها انتظار می‌رود حالا برای دریافت توجهی که به آن عادت کرده بودند، منتظر بمانند. حتی ممکن است آنها را از خانه دور کنند.

مادر در اواخر بارداری احتمالاً هفته‌ها یا ماه‌ها خسته بوده و مشغولیت ذهنی بسیار داشته است. شاید بدخلق و عصبانی بوده باشد. شاید ناخوش بوده یا درد داشته. این فضای حاکم چگونه برداشت می‌شود؟ چه آثاری را بر نظم موجود - بر خانواده و دنیای اطراف آن - تحمیل خواهد کرد؟ آیا این نوزاد خواسته و برنامه‌ریزی شده بوده است؟ آیا فشاری بیش از اندازه برای خانواده خواهد بود؟ آیا از پس هزینه‌هایش برمی‌آیند؟ ممکن است این نوزاد تازه از توان آنها فراتر باشد. بچه‌های خانواده این پویایی‌ها را حس می‌کنند و این تأثیر بسیار مهمی بر نگاه آنها به فرزند تازه خانواده دارد. ممکن است خانواده با هیجان بسیار در انتظار نوزاد باشد، اما به همان نسبت هم تردید یا حتی ترس و وحشت در

آنها وجود داشته باشد. شاید این نوزادی باشد که پس از سال‌ها تلاش و انتظار در حال تولد است. شاید هم حاصل بارداری‌ای ناخواسته یا غیرمنتظره باشد؛ نان‌خوری اضافه در خانواده‌ای با منابع محدود. این احساسات ماتریکس محیطی را حول تولد نوزاد تحت‌تأثیر قرار می‌دهد و بر تمام اعضای خانواده اثر می‌گذارد. فرزندان خانواده این پویایی‌ها را حس می‌کنند و این مسئله تأثیر بسیار مهمی بر نگاه آنها به فرزند تازه‌رسیده خواهد داشت.

این فصل تأثیر تولد خواهر یا برادر و به‌همراه آن زاده شدن یک ماتریکس همشیری تازه را بررسی می‌کند. امیدها و انتظارات والدین و شرایطی که بر خانواده حکمفرما است، مشخص می‌کند که این ماتریکس چگونه نمود پیدا کند.

## پیش‌فرض‌ها و دغدغه‌ها

حتی پیش از بارداری مادر، تصور وجود نوزادی احتمالی در فضای داخلی خانواده شکل گرفته است. افسانه‌ها و اسطوره‌های خانوادگی درباره روابط همشیری در تاریخ کهن نیاکان این نوزاد، تنیده شده است (ولکان و آست، ۲۰۱۴، کوپر و مگاگنا، ۲۰۰۵، استرن، ۱۹۹۸b، فریبرگ، ۱۹۸۰، فریبرگ و همکاران، ۱۹۷۵). رقابت‌ها، مشاجره‌ها، وقایعی همچون مهاجرت، مرگ یا معلولیت همشیرها در روایت خانوادگی جای گرفته‌اند، قلبی به انتظارات خانواده می‌دهند و تأثیری جدی بر احساس والدین به نوزاد تازه دارند.

به‌علاوه، والدین همشیرهای خود را نیز در ذهن دارند. هیجان‌ات یا فقدان‌های قدیمی از نو زنده می‌شود. در عمق روان آنها خاطرات و خیالپردازی‌هایی در این باره وجود دارد که برادرها و خواهرهایشان چگونه آنها را پذیرفتند یا خودشان ورود اعضای جدید را به خانواده چگونه تجربه کردند. تجربیات مشترکی که در گروه‌های خانوادگی داشته‌اند، خودآگاه یا ناخودآگاه به صحنه می‌آید و هم‌زمان با این واقعه بسیار مهم دوباره در ذهن آنها جان می‌گیرد.

ممکن است والدین این نوزاد تازه را موجودی آسیب‌پذیر بدانند که بقیه به او زور می‌گویند یا دوستش ندارند و بخواهند از او محافظت کنند یا ممکن است پیش‌بینی کنند با محبت و شادمانی بسیار از او استقبال خواهد شد. والدینی که برادر یا خواهری ندارند ممکن است نگران باشند که چطور می‌توانند محبت خود را تقسیم کنند. امکان دارد ترسی شدید و تصاویر ذهنی خود را در این باره داشته باشند که چنین مزاحمت ناخوانده‌ای چه تأثیری بر خود آنها می‌گذاشت.

ممکن است والدین با امیدهای خاص خود انتظار نوزاد را بکشند. شاید دلشان دختر یا پسر بخواهد. شاید امید داشته باشند فرزند بعدی ساکت‌تر و کم‌دردتر باشد. چنین افکاری می‌توانند از همان آغاز چگونگی رفتار با همشیرها را شکل دهند. یک روان‌درمانگر کودک درباره مشاهده تولد

فرزندى تازه به نام رُزا نوشته است:

در نخستین جلسه مشاهده که شش هفته پس از تولد رُزا بود، مادر از اینکه دوباره صاحب دختر شده بود ابراز نارضایتی کرد؛ گفت هرچند برنامه دارد در آینده باز هم صاحب فرزندان بیشتری شود، ترجیح می‌داد این یکی پسر می‌شد.

(میلر و همکاران، ۱۹۸۹، ص. ۱۳۵)

می‌توان دید چطور یک اظهار نظر ساده مانند این می‌تواند نشان‌دهنده احساساتی بسیار عمیق باشد. رُزا بلافاصله به صورت «اسباب نارضایتی» دیده می‌شود؛ باز هم دختر، آن هم وقتی مادر امیدوار بود پسر دار شود. مشاهده‌گر به ما می‌گوید مادر یک خواهر بزرگ‌تر و یک برادر کوچک‌تر دارد. شاید او نیز احساس کرده بود «اسباب نارضایتی» است و با دخترش همانندسازی کرده بود. این نوع خیالپردازی‌ها و تجربه‌ها ناگزیر هم‌زمان با این واقعه مهم احیا می‌شوند و بر شیوه استقبال از فرزند تازه تأثیر می‌گذارند. این مسئله به‌نوبه خود بر اعتمادبه‌نفس نوزاد و حس تعلق او اثر می‌گذارد. چنانکه کوپر و مگانگا اشاره می‌کنند:

روابط خانوادگی مادر با شوهر، والدین و همشیره‌ایش که درونی شده‌اند، به شیوه‌های مختلف بر عزت‌نفس او اثر می‌گذارند و به‌نوبه خود روی این مسئله تأثیر می‌گذارند که چطور محبت، درک و زمان خود را تقسیم می‌کند تا حسی از جایگاه و ارزشمندی خود را به فرزند دومش منتقل کند.

(کوپر و مگانگا، ۲۰۰۵، ص. ۱۵)

این مادر که نوزادی سه‌هفته‌ای دارد بسیار مضطرب است که چطور باید اوضاع را در رابطه با پسر دو سال و نیمه‌اش مدیریت کند.

زن... پر بود از نگرانی درباره رویارویی با مطالباتی که هر دو فرزندش از او داشتند. نگران بود فرزند اولش احساس رهاشدگی کند و او را مامان به‌درندخوری بداند؛ همین‌طور نگران احساسات خشم و حسادت پسرش نسبت به نوزاد تازه بود. او سعی می‌کرد با تمرکز بر اینکه فرزند بزرگش چقدر خوب درک می‌کند و چه رفتار خوبی با نوزاد دارد، این ترس‌هایش را خنثی کند.

(میلر و همکاران، ۱۹۸۹، ص. ۱۱۹)

به‌سادگی می‌توان دید که نگرانی‌های مادر به احساسات پسر نسبت به نوزاد جدید رنگ و بو می‌بخشد. درست است که او ممکن است احساس حسادت داشته باشد، اما درعین حال متوجه نیاز مادرش به این مسئله می‌شود که او رفتار خاصی از خود نشان دهد و از خشم احتمالی او به خودش و بچه می‌ترسد. در چنین شرایطی پسر بچه ممکن است احساس فشار کند؛ فشاری که او را منزجر می‌کند. نگرانی‌های مادر ممکن است مانع شود پسر احساسات حقیقی خود را درباره‌ی خواهر یا برادر کوچکش پیدا کند.

### اهمیت «درب‌گیرندگی» والدی

وارد کردن یک خواهر یا برادر جدید به زندگی فرزند، وظیفه‌ای سهمگین است و احتمال دارد حس امنیت و پذیرفته بودن فرزند قبلی را برآشوبد. همان‌گونه که راستین می‌نویسد: «فقدان آشفته‌کننده امنیت احتمالاً جنبه‌ای گریزناپذیر از تجربه‌ی فرزند از تولد نوزاد جدید است که گویی جای او را گرفته است» (راستین، ۲۰۰۹، ص. ۱۵۶). آدامو و مگاگنا معتقدند مدیریت این تغییر طاقت‌فرسا نیازمند افزایش «ظرفیت» است: «عبوری ایمن از آغوش مادر به آغوش پدر و متعاقب آن گسترش «ظرفیت» و سیالیت احساسات عشق و نفرت» (آدامو و مگاگنا، ۲۰۰۵، ص. ۹۶). ممکن است در عمل این شخص پدر نباشد؛ منظور وجود کمک اضافی و در دسترس برای مدیریت این دوره‌ی گذار برای کودک است. زمانی که این حمایت وجود نداشته باشد، فرزند بزرگ‌تر به کنار گذاشته شدن از آغوش مادر حساس‌تر هم می‌شود و این مسئله بر نگرش او به خواهر یا برادر کوچکش تأثیر خواهد گذاشت. آدامو و مگاگنا با مشاهده‌ی کودک نوپایی به نام لوسیا (آدامو و مگاگنا، ۲۰۰۵) به‌روشنی نشان دادند چطور مشکلاتی که در زمان تولد نوزاد خانواده را درگیر کرده بود، بر احساسات لوسیا نسبت به برادر جدیدش تأثیر گذاشت. زمانی که مشاهده‌گر نخستین بار ده ماه پیش از تولد نوزاد با خانواده ملاقات کرد، مادر به او گفت با همسرش مشکل جدی دارد و او حمایت چندانی از همسرش نمی‌کند. در همین ملاقات نخست متوجه دغدغه‌های مادر و تأثیرگذاری احتمالی آنها بر لوسیا می‌شویم:

مادر در نخستین دیدار با مشاهده‌گر از کوچکی خانه شکایت دارد و نگران است با آمدن بچه چطور می‌تواند فضا را مدیریت کنند... به‌نظر می‌رسد ذهن مادر بسیار مشغول و نگران لوسیا است. او می‌گوید به‌خاطر لوسیا می‌خواسته بچه‌دار شود، اما هم‌زمان احساس می‌کند به دخترش خیانت کرده. او بسیار نگران لوسیا است که نشانه‌های مختلفی از آشفتگی از خود نشان می‌دهد، برای جدا شدن از مادرش مشکل دارد، خوب نمی‌خوابد و کابوس می‌بیند، خودارضایی و سواسی و لکنت زبان دارد.

(آدامو و مگاگنا، ۲۰۰۵، ص. ۹۷)

لوسیا دو سال و ده ماهه بود که برادرش به دنیا آمد. نخستین حرفی که او خطاب به مشاهده‌گر زد این بود که: «این جونور تمام فضا رو اشغال کرده» (آدامو و مگاگنا، ۲۰۰۵، ص. ۱۰۰). با توجه به دغدغه‌های مادر درباره کوچکی خانه این حرف از جانب لوسیا بسیار تکان‌دهنده است. مشخص است که دشواری متعاقب لوسیا برای پذیرفتن برادرش در زندگی خود به دلیل نیاز مداومش برای دریافت تسلی و اطمینان (که اغلب از جانب مشاهده‌گر دریافت می‌کرد) پیچیده‌تر هم می‌شود. با ادامه روند مشاهده، می‌توانیم ببینیم لوسیا چطور تلاش می‌کند با احساسات دوگانه‌اش درباره برادرش کنار آید؛ لحظه‌ای او را می‌بوسد و در آغوش می‌گیرد و لحظه بعد او را تنبیه می‌کند و احساس گناهش را با بازی‌های جبرانی با اسباب‌بازی‌هایش آرام می‌کند.

## در انتظار خواهر/برادر

پذیرفتن خواهر یا برادر جدید در زندگی، می‌تواند چالشی بزرگ باشد؛ اما بعضی نظریه‌پردازان باور دارند خواهر و برادر *ندانستن* مشکل‌آفرین‌تر است. کلاین، یکی از نخستین روانکاوانی که با کودکان کم‌سن کار می‌کرد معتقد بود کودکانی که تک‌فرزند هستند بیشتر نگران این مسئله‌اند که چیزی گم شده یا کم است تا اینکه نگران تهدید مزاحمتی ناگهانی باشند. او درباره تجربه کارش با اِرنا، کودک شش ساله نوشت:

اِرنا که تک‌فرزند بود در تخلیش بسیار درگیر آمدن خواهرها و برادرهای دیگر بود. لازم است به خیالپردازی‌های او در این زمینه توجه ویژه‌ای شود، چرا که با توجه به مشاهدات من این خیالپردازی‌ها را می‌توان به بستر عمومی‌تری تعمیم داد. بر مبنای این خیالپردازی‌ها و البته خیالپردازی‌های کودکان دیگر در موقعیت مشابه، چنین به نظر می‌رسد که تک‌فرزندها رنج بسیار بیشتری از سایر کودکان می‌برند، چون اضطرابی دائمی را تحمل می‌کنند که ناشی از انتظاری بی‌پایان و همیشگی برای رسیدن خواهر و برادرهای دیگر است و متعاقب آن تکانه‌های ناخودآگاه پرخاشگری نسبت به وجود احتمالی آنها در بدن مادر احساس گناه را در آنها به وجود می‌آورد؛ چرا که این کودکان این فرصت را ندارند که در واقعیت رابطه‌ای واقعی با این خواهرها و برادرها شکل دهند.<sup>(۱)</sup>

(کلاین، ۱۹۳۱، تجدیدنظرشده ۱۹۷۵، ص. ۴۲)

کلاین این دیدگاه را حفظ کرد و بعدها نظریه خود را به این صورت تکمیل کرد که کودکانی که خواهر یا برادر کوچک‌تری ندارند ممکن است به این دلیل که وجود نوزاد را نتیجه طبیعی نزدیکی والدین خود می‌دانند و ممکن است فکر کنند آنها باعث این شرایط شده‌اند، احساس ناآرامی یا