

# زمینه‌های پاتولوژیک خودارزش‌گذاری بر خودانگاره‌ها در شرایط مهاجرت بحثی در باره مشکلات روانی پناهندگان ایرانی با نگرش گروه‌های مراجعه

هامبورگ ژولای ۱۹۹۵

محمد راه‌رخشان

## مقدمه

در این مقاله تنها از یک زاویه به مسأله مورد بحث یعنی «مشکلات روانی پناهنده‌گی» پرداخته‌ام. طبیعی است که این مسأله بسیار پیچیده‌تر و گسترده‌تر از آن است که بتوان تنها با اتکاء به تعاریف و نظریات روانشناختی به توضیح آن پرداخت. در پیدائی بحران‌های روانی خاص پناهنده‌گی روندهای اقتصادی، سیاسی، فرهنگی، اجتماعی، هنری، شخصیتی و غیره بخشاً به موازات یکدیگر تأثیرگذارند. طبیعی است که بررسی این‌ها از عهده یک مقاله خارج است.

بخاطر اینکه بسیاری از مقولاتی که در این بحث بکار برده شده‌اند در زبان روزمره کاربردهای متفاوتی یافته‌اند و از طرفی نیز ستون‌های اساسی این بحث را می‌سازند قبل از هر چیز برای بیان دقیق‌تر منظورم لازم می‌دانم ابتدا به توضیح پاره‌ای از مقولات این بحث بپردازم.

## ۱- خود، فردیت، شخصیت

در زبان عامیانه هنگامی که از خود، شخصیت و فردیت صحبت می‌کنیم در دیدگاهمان تفاوتی برای آنها قائل نمی‌شویم و بخشاً هر سه این مقولات را برای بیان منظور مشترکی بکار می‌گیریم. ولی مقوله فردیت یا فردبودن را در بیان علمی آن تنها زمانی می‌توانیم بکار ببریم که بخواهیم کسی را بواسطه تفاوت‌هایش در وضع ظاهری، در شکل اندام، در نوع رفتار و نظام فکری‌اش از دیگران متمایز کنیم. بنابراین فردیت‌ها کسانی هستند که تنها توسط معیارهای ما در شناخت افراد از دیگران متمایز می‌گردند.

در مورد شخصیت این رابطه بگونه‌ای دیگر است. مقوله شخصیت بیانگر تمامی جهات و ابعاد تفاوت‌های اوپژکتیو یک فرد به منزله خصائل، صفات و مشخصاتی است که وی در خود و با خود دارد (مومن دآی، ۱۹۹۰). بنابراین تمامی مشخصات یک فرد از اندازه کفش پایش گرفته تا درجه جامعه‌پذیری‌اش یعنی تمام آنچه که وی در حال حاضر بعنوان نموده‌های بیرونی و قابل مشاهده از خود نمایان می‌دارد جزء مشخصاتی هستند که شخصیت وی را بطور اوپژکتیو می‌سازند.

مقوله «خود» برخلاف «شخصیت» دربردارنده تمامی خصائل، صفات و مشخصاتی است که

تنها بعنوان سوپروکتیو بودن آنها قابل فهم هستند (مومن دآی، ۱۹۹۰). بنابراین ملاک ما برای سنجیدن خود یک فرد تنها گفته‌ها و قضاوت‌های وی درباره خودش است. اگر از دیدگاه فرد به مقوله خود نگاه کنیم خواهیم گفت که: «من کسی هستم که این و آن خصلت، این و آن صفات، این و آن مشخصات را دارم.» بنابراین می‌بینیم که مقوله خود در حقیقت توضیح‌دهنده «خودانگاره» فرد است؛ و دربردارنده تمام قضاوت‌های فرد درباره خودش است. قضاوت‌هایی که می‌توانند همه چیز را دربر بگیرد: از مشخصات روحی و جسمی فرد در حال حاضر گرفته تا آنچه که وی در باره گذشته خود در حافظه‌اش دارد و یا حتی آنچه را که در آینده می‌خواهد باشد و در جهتش تلاش می‌کند.

در این رابطه فاکتورهایی که سلامتی خودانگاره فرد را تعیین می‌کنند، حدود انسجام، پایایی و نظام ارزش‌گذاری‌ای است که فرد پیرامون اجزاء خودانگاره خود برقرار می‌کند. به میزانی که فرد برای خودانگاره خود به نظام ارزش‌گذاری مثبت‌تری رسیده باشد، شخصیت وی از انسجام و یکپارچگی برخوردار خواهد بود و با این کار توانایی آنرا خواهد داشت که در پاسخ‌گویی به بحران‌های عادی رشد و زندگی‌اش با پشتوانه محکمتری حرکت کند. ولی یکی از لازمه‌های بوقوع رسیدن این امر، یعنی دست‌یافتن به شخصیت منسجم، نوع قضاوت و سنجشی است که محیط از وی بعمل می‌آورد. به این معنا که هویت فرد در جامعه چگونه قلمداد می‌گردد. بنابراین فرد برای دست‌یافتن به زندگی بالنده که برآمد شخصیت وی در رویارویی و حل‌وفصل کردن بحران‌های عادی زندگی است توأمأً توسط دو عامل «خودانگاره» و «هویت» جهت زندگی خود را تعیین می‌کند.

موضوع محوری این بحث نقش خودانگاره و نظام ارزش‌گذاری فرد بر خودانگاره‌هایش تحت شرایط تبعید و پناهنده‌گی است. با توضیح تفاوت‌هایی که بین «خود»، «شخصیت» و «فردیت» دادم باید تا همین جای این بحث نیز روشن شده باشد که هرگونه تغییری در هرکدام از این سه سطوح وجود اجتماعی انسان بلحاظ روانی، دو وجه دیگر را نیز تحت تأثیر و تغییر قرار می‌دهد.

به این معنا هر تغییری در نظام ارزش‌گذاری، خودانگاره فرد پناهنده را دچار تغییر و جابجایی در ارزش‌گذاری بر خود می‌کند و این تغییرات شرایط را برای مخدوش شدن شخصیت و فردیت وی نیز مهیا می‌سازند.

آنچه که در نظام خودارزش‌گذاری فرد بر خودانگاره‌هایش تأثیر مستقیمی برجای می‌گذارد چگونگی کنار آمدن وی با سئوالات رشد و زندگی اجتماعی‌اش می‌باشد. به این معنا که فرد در رابطه با کنار آمدن و پاسخ‌گویی به فشارهای روانی عادی زندگی‌اش چگونه حرکت می‌کند و چه امکاناتی را برای کنار آمدن با آنها در اختیار دارد، این نکته خود مجدداً تعیین‌کننده ارزش‌گذاری مثبت و یا منفی فرد بر خود است (نوربرت زمر، ۱۹۸۰). این مقاله قصد پرداختن به این نکته را دارد.

## ۲- تزیهای اصلی

۱) در روند مقایسه اجتماعی خود با دیگران شرایط روانی خاص پناهنده‌گی سبب می‌گردد که پناهنده نظام خود ارزش‌گذاری منفی‌ای بیابد و خود را کمتر از هم‌سن و سالان آلمانی خود محک بزند.

۲) تعلق داشتن پناهنده به گروه اقلیت اجتماعی موجب برانگیختن حساسیت روانی بیش از حد وی در ورنانداز کردن حرکات و رفتار خود به شکل «تمرکز حواس به خود» (Selbstaufmerksamkeit) بعنوان سوژه اجتماعی می‌شود و وی را به سمت هراس‌های اجتماعی می‌کشاند و نهایتاً وی را به سمت احساس تنهایی سوق داده و در انزوا فرو می‌برد.

۳) احساس عدم توانایی شخصی و احساس تنهایی که پناهنده با آنها روبرو می‌گردد از سوی زاده تبعیضات اجتماعی علیه وی هستند و از سوی دیگر زاده نظام خودارزش‌گذاری منفی اجزاء خودانگاره وی.

۴) در روند مقایسه اجتماعی خود با دیگران فرد پناهنده از یک طرف دو گروه متفاوت را بعنوان گروه مراجعه (Bezugsgruppe) در پیش روی خود می‌یابد، و از طرف دیگر تضاد گروه‌های مراجعه و گروه‌های تعلق (Mitgliedschaftsgruppe) را تا به آن حد حس می‌کند که خود را از یکطرف در برابر فشارهای روانی خاص تبعید می‌یابد و از طرف دیگر خود را در کنار آمدن با فشارهای روانی عادی زندگی اش مختل می‌یابد؟ کسانی که جهت‌یابی جامعه آلمانی را پذیرفته‌اند در مقابل دسته‌ای که میل به بازگشت دارند در این رابطه فشارهای روانی زیادتری را تحمل می‌کنند.

۵) تحصیلات و مهارت کاری (به معنای کار مناسب با تخصص) در کنار آمدن با فشارهای روانی خاص پناهندگی نقش وسیع و مهمی بعهده دارند.

۶) مَحْمِل قیاس اجتماعی برای پناهنده گروه مراجعه هم ملیتی خود او است و نه گروه مراجعه آلمانی.

۷) در مورد نسل دوم پناهندگان از طرف خانواده آنها این تلاش صورت می‌گیرد که خانواده بعنوان بدیل گروه مراجعه و گروه تعلق برسمیت شناخته شود.

۸) فشارهای روانی ناشی از زندگی در حاشیه جامعه و انزوای اجتماعی در مورد پناهنده‌گان تفاوت معنی‌داری را با گروه سنی آنها نشان می‌دهد.

### ۳- گروه مراجعه، اقلیت گروهی و هویت قومی

شکل‌گیری فشارهای روانی (Stress) و چگونگی کنار آمدن با آن رابطه نزدیکی با شرایط زندگی، محیط اجتماعی-روانی و توانای‌های فرد در کنترل اعمالش دارد (لازاروس و فولک‌من، ۱۹۸۴). در این رابطه پاسخ گفتن به این سؤال برایم اهمیت دارد که پناهنده‌گان تحت کدام فشارهای روانی خاص پناهنده‌گی قرار دارند، چگونه با آنها کنار آمده و این فشارها چه تأثیری در روند جهت‌یابی آنها در زندگی‌شان و در روند خودارزش‌گذاری آنها بر خودانگاره‌هایشان برجای می‌گذارند. در این باره تحقیقات کمی بر پایه روانشناسی تجربی

صورت گرفته است (مقایسه شود با: گِراوآلاس و برآون، ۱۹۸۲؛ پدیلا، ۱۹۸۰؛ پاول، ۱۹۸۳؛ اسمیسر، ۱۹۸۲). در خصوص تحلیل روانی فشارهای خاص مهاجرت و پناهنده گی می توان از تئوری های گوناگونی بهره گرفت. به نظر من تئوری ی گروه های مراجعه (Bezugsgruppe) بنحو بهتری در پاسخ گویی به این سئوالات کارآیی دارند (در این خصوص مراجعه شود به: هیمن و سینگر، ۱۹۶۸).

### ۱-۳\_ معرفی ی نظریه گروه های مراجعه

هر گروه مراجعه به لحاظ روانی دو نقش بعهدده دارد. یکی از این دو نقش کارکرد تطبیقی ی (komparativ) آن است. کارکرد تطبیقی بدین معنا است که باید بستری مهیا شود برای ایجاد روندی که در آن فرد خود را در ابعاد اجتماعی با دیگران مقایسه کند تا به این وسیله به ارزش گذاری ی خود دست بیابد (فستینگر، ۱۹۵۴). نقش دومی که هر گروه مراجعه بعهدده دارد عبارت است از کارکرد هنجاری ی آن به معنای وجود نورم ها و قیاس های ارزشی ای که جهت یابی فرد را مهیا می کنند و به وی در رفتارهایش اطمینان خاطر می بخشند.

بنابر اصل کارکرد تطبیقی ی گروه های مراجعه می توان چنین استنباط کرد که خارجی ها بخاطر داشتن اشتراک در ویژه گی های تعلق گروهی ی خود بعنوان «خارجی» گروه هم ملیتی خود را بعنوان گروه مراجعه، بعنوان قیاس برمی گزینند (سالس، گز و گاستوروف، ۱۹۷۹) و افراد بومی بعنوان گروه ثانوی فهمیده می شوند؛ چرا که زندگی ی مشترک آنها در جامعه و عدم برابری های اجتماعی، حقوقی و غیره جبراً این مقایسه را برای فرد پناهنده نظیر هر خارجی ی دیگری بوجود می آورد. بنابراین برای فرد خارجی توأمأ دو گروه متفاوت نقش گروه مراجعه را ایفاء می کنند که این دو گروه هم بلحاظ بافت افراد داخل هر گروه و چه بلحاظ نورم های حاکم بر آن ها عدم هماهنگی ی بسیاری را در جهت گیری و خودارزش گذاری ی فرد پناهنده بوجود می آورند. در این رابطه، یعنی در جایی که گروه های مراجعه متعددی وجود دارند خودارزش گذاری فرد دستخوش اشکال ویژه ای می شود. هنگامی که فرد پناهنده مشکلات و امکانات شخصیتی ی خود را تنها با خارجی ها بطور عموم و با گروه هم ملیتی ی خود بطور خاص مقایسه می کند، شاید دریابد که در موقعیت آن چنان بدی قرار ندارد. چرا که هر دو بلحاظ قرارداداشتن در روند اجتماعی ی مشترک، بار فشارها و امکانات مشترکی را تحمل می کنند. اما بمجرد اینکه خود را با گروه سنی ی خود مقایسه کند (که در این حال این گروه دربردارنده تمام هم سن و سالان وی اعم از خارجی و آلمانی می شود) جنبه های خودارزش گذاری اش بیشتر وجه ای منفی به خود می گیرد، چرا که در آن حال دیگر تمام افراد آن گروه در زیر فشارهای مشترک و امکانات برابر با هم قرار ندارند. نتیجتاً در مقایسه ای که با گروه مراجعه، متشکل از خارجی ها صورت می گیرد بازتاب این مقایسه نوعی «کامروایی نسبی» است و متعاقب آن خودارزش گذاری ی مطلوبتر، در حالی که در مقایسه نوع دوم (گروه هم سن و سالان) برآیند این مقایسه نوعی «محرومیت نسبی» را بدست می دهد که تاثیر روانی ی مستقیمش را می توان بلاواسطه در ارزش گذاری اش دید. در این مواقع می توان شاهد تاثیرات چندسویه ای بود که نهایتاً نقش سازنده ندارند. در این حال فرد یا «کم ارزش بودن» و «منفی بودن» را درونی می کند و در طی ی مدتی به دپرسیون می رسد یا برای واکنش در برابر این تبعیضات نظام خودانگاره فراجویی را اتخاذ کرده و علائم مانیک

را بروز می‌دهد. در این طیف وسیع که دو قطب آن را دپرسیون و مانی شکل می‌دهند، انواع گرایش‌های نوروتیک را می‌توان دید، نظیر هراس‌های اجتماعی، احساس تنهایی و فوبی‌های متعدد.

بنابراین می‌بینیم که انتخاب گروه مراجعه می‌تواند به تنهایی تعیین‌کننده کیفیت و مطلوبیت خودارزش‌گذاری فرد باشد. در ارتباط با زندگی پناهنده‌گان می‌توان چنین استنباط کرد که زندگی در جامعه از یک سوی و محرومیت‌های فرهنگی-اجتماعی از سوی دیگر می‌توانند بعنوان عوامل نامساعد برای روند شکل‌گیری خودارزش‌گذاری فرد به حساب آورده شوند. شدت این تأثیرات در خودارزش‌گذاری فرد پناهنده در کنار دیگر عوامل به طول زمان اقامت و درجه درونی کردن فرهنگ جامعه میزبان نیز بستگی دارد. درحالی که طبق تحقیقاتی که در ایالت متحده آمریکا صورت پذیرفته است، احساس خودارزش‌گذاری بین سیاهپوستان و سفیدپوستان تفاوت عمده‌ای با یکدیگر ندارد (هولتز، ۱۹۸۲؛ اوکرم، ۱۹۷۹) در تحقیقاتی که شواتزر، لانگه و یه‌روزالم (۱۹۸۱) در آلمان انجام داده‌اند روند خودارزش‌گذاری مهاجرین تابع عواملی بوده است چون: توانایی‌های شغلی و سطح و کیفیت درجه تحصیلات. بدین معنا که در این تحقیقات هر چه مهاجرین از سطح تحصیلات پایین‌تری برخوردار بودند خودارزش‌گذاری منفی‌تری نسبت به گروه سنی خود در جامعه آلمان داشتند و خودارزش‌گذاری آنها هنگامی که خود را با گروه تعلق و گروه مراجعه هم‌ملیتی خود مقایسه می‌کردند تفاوت معنی‌داری را نشان می‌داد. محققین این تحقیق از این نکته نتیجه گرفته‌اند که تحصیلات بهتر می‌تواند کمک بزرگی در روند کارکرد تطبیقی گروه‌های مراجعه باشد تا که حد آسیب‌پذیری‌های خاص مهاجرت را تقلیل بدهد.

نقش دیگری را که گروه‌های مراجعه بعهده دارند کارکرد هنجاری (normativ) آن است. کارکرد هنجاری نقش گروه مراجعه حکم تضمین‌گر و تعیین‌کننده دامنه امکانات رفتار فرد را دارد. این مؤلفه که بعنوان یک جزء طبیعی و قابل پذیرش است زمانی به خطر می‌افتد که کشاکشی میان نرم‌های فرهنگی که پناهنده در آن رشد کرده است و نرم‌های کشور پناهنده‌پذیر وجود داشته باشد. همانطوری که می‌دانیم وجود این کشاکش در مورد پناهنده‌گان و عموماً مهاجرینی که از کشورهای آسیایی و آفریقایی به آلمان آمده‌اند بسیار صادق است. از آنجایی نیز که نسل دوم پناهنده‌گان این کشاکش فرهنگی را به نحو جدی‌تری تجربه می‌کنند، موقعیت آنها از این زاویه مخاطره‌انگیزتر است (شاوال، ۱۹۸۲). برخوردهای مطرحه در کارکرد هنجاری گروه‌های مراجعه توسط ارزش، جایگاه و معنای خانواده برای نوجوانان و روابط حاکم بر خانواده آنها تشدید می‌گردد. چنین است که در خانواده ارزش بسیاری بر این نکته گذارده می‌شود که خانواده باید استحکام خود را حفظ کند و باید مدافع قاطع فرهنگ کشور مبدأ باشد. در این حال نقش تربیتی‌ای را که خانواده بعهده می‌گیرد مطابق معیارها و نرم‌های کشور مبدأ است و این نرم‌ها غالباً خلاف نرم‌هایی هستند که نوجوان آلمانی با آنها بزرگ می‌شود. از این روی این شیوه هیچ کمکی به ایجاد تطبیق نوجوان پناهنده با جامعه آلمان نمی‌کند. از طرف دیگر خود خانواده بعنوان مَحْمِل‌گریزی عمل می‌کند تا نوجوان پناهنده به مجرد لمس دشواری‌های فضای خارج از خانواده و به مجرد درگیری با مسائل زندگی به خانواده بعنوان یک پناه‌گاه پناه ببرد. بدین سان فرد پناهنده (و بخصوص نسل دوم پناهنده‌گان) به هنگام مقابله با فشارهای روانی خانواده را

بعنوان «سایپورت اجتماعی» اش میپذیرد (ساراسون و ساراسون، ۱۹۸۵) و در این حال برایش دو دنیای متفاوتِ حسی (و در مواردی تنها بلحاظ ذهنی) شکل می‌گیرد. یعنی خانواده در این حال حکم سپر دفاعی در برابر دنیای بزرگتر را می‌یابد. اینکه خانواده حکم سایپورت اجتماعی را بیابد مخرب بودنش را زمانی بیشتر آشکار می‌کند که دیگر تفاوتی بین فشارهای روانی خاص زندگی در تبعید و فشارهای روانی ناشی از بحران‌های عادی زندگی وجود نخواهد داشت و در هر دو صورت با این فشارهای روانی به یک گونه برخورد می‌شود. برای مثال در رویارویی با فشار روانی بحران‌های دوره بلوغ در شکل جهت‌یابی برای هویت‌پذیری اجتماعی فرد نوجوان عوامل تعیین‌کننده‌ای نظیر اینکه فرد بحران‌های دوره‌های قبلی‌ی رشدش را چگونه پاسخ گفته‌است و امروز با کدام تجویزات به مقابله بحران این دوره می‌رود تحت تأثیر کوچکترین فشاری از بیرون فرد را به سمت خانواده بعنوان این سایپورت اجتماعی سوق می‌دهد و در این حال وی را حتی از پاسخ گفتن به بحران‌های لازمه رشدش نیز محروم می‌دارد.

این نکته حتی در اختلافات زناشویی نیز نقش خاصی را اجرا می‌کند. از آنجایی که خانواده برای هر دو طرف حکم این سپر دفاعی را می‌یابد مطابق آن بطور ناخودآگاه انتظاراتی را نیز بیش از حد معمول نسبت به جایگاه خانواده برمی‌انگیزد. در این حال هر برخورد کوچکی که بین زن و مرد پیش می‌آید اثر احساسی و بار عاطفی قوی‌تری را در آنها جابجا می‌کند. چرا که از سپر دفاعی برای ایمن نگاه داشتن در برابر چیزی استفاده می‌کنند، حال اگر این سپر در خودش تخصصاتی را بپروراند در این حال با نقش ناخودآگاهی که ترغیب می‌کند همخوانی نداشته و خود تولید مزاحمت می‌کند. پذیرش این نقش ناخودآگاه خانواده از سوی فرد پناهنده بخاطر شرایطی که نام برده شد موجب تمرکز قوای حسی رو به درون می‌شود. از طرف دیگر فردی که بخاطر این قوای متمرکز رو به درون خود را عمیقتر و رانداز می‌کند در موقعیتی قرار می‌گیرد که دیگری را نیز چون خود عمیق و رانداز کند و این خود موجب عیان شدن بیش از حد حتی خرده‌اختلافاتی می‌گردد که تا به آن روز پوشیده بوده‌اند.

حمایت احساسی در خانواده می‌تواند برای مثال آرامش خاطر اجتماعی-روانی برای انسان ببار آورد. به این صورت که در خانواده ارزش انسان به عنوان شخصیت وی و هم‌چنین روابط احساسی‌اش با دیگر انسان‌ها محترم شمرده شود. ولی از زاویه‌ای دیگر جو اجتماعی خانواده از دیدگاه فرد پناهنده در مجموع حکم آتوریته را می‌یابد؛ از این جهت که هر آنچه را که نیاز ثبات خانواده بعنوان این محمل‌گریز اجتماعی بودن در وی ترغیب و تقویت می‌کند اتکاء به یکدیگر و نهایتاً به والدین و یا به سرپرست خانواده است؛ در حالی که سرپرست خانواده نیز در بسیاری از موارد دیگر موقعیت قبلی خود را به عنوان نان‌آور خانواده از دست داده و این آتوریته را تنها به لحاظ ذهنی و بواسطه بخش‌آرزو می‌تواند برقرار سازد.

## ۲-۲\_ تعلق داشتن به گروه اقلیت و پناهنده

خارجی‌ها گروه اقلیتی را شکل می‌دهند که صرف حضور فیزیکی آن‌ها در جامعه می‌تواند نظر هرکسی را جلب کند. براساس نظریات باس (۱۹۸۰) «نقطه توجه» بودن در جامعه دلیلی می‌شود برای برانگیختن «حواس متمرکز بر خود» (Selbstaufmerksamkeit) و تلقی از

خود بعنوان یک سوژه اجتماعی. به این معنا که فرد در مواقعی که در جمع قرار می‌گیرد دارای حساسیت بیش از حدی می‌گردد و بنابراین قسمت عمده‌ای از حواسش را متوجه رفتار و افکار خویش می‌سازد و بخشاً نیز به تلاش‌های ناخودآگاهی مبادرت می‌کند تا جلوی این «نقطه توجه دیگران بودن» را بگیرد. طبیعی است که در این رابطه کسانی را مشاهده می‌کنیم که برای هم‌رنگ کردن خود با جماعت به تغییر وضع ظاهرشان می‌پردازند (رنگ کردن مو و...) و در افکار و رفتارشان نیز الگوهایی را می‌پذیرند که متعلق به خود آن‌ها نیست. و یا پناه بردن به عکس این قضیه که به شکل «گریختن به درون» خود و پرت شدن به ورطه انزوای اجتماعی خود را نشان می‌دهد.

در این حال فرد در موقعیت‌های اجتماعی ضعف‌ها و ناتوانی‌های خود را که تا به آزمون برایش بارز نبودند (و شاید تا به آن روز حتی آنها را بعنوان نکات قوت شخصیت خود می‌دیده است) به نحو بارزتری و بیش از حد متعارف در جلوی دیده‌گان خود قرار می‌دهد و در این حال خودارزشی‌اش در زمانی که خود را با دیگران مقایسه می‌کند با تهدیدهای جدی روبرو شود.

نقش عامل زبان در این مواقع بسیار تعیین‌کننده می‌شود. احساس ناتوانی در بکارگیری زبان بیگانه برای بیان خود در کنار این عامل نقش مخربی می‌یابد. در این مواقع فرد دائم در حال پرسش از خود قرار می‌گیرد که دیگران در باره وی چگونه فکر می‌کنند و وی را چگونه انسانی می‌بینند. ماحصل این روند روانی شکل‌گیری هراس‌های اجتماعی است که خود را در غالب رفتارهای امتناع از محیط‌های هراس‌زا نشان می‌دهد. در این حال فرد در ارتباط با دیگران احساس امنیت و آرامش نمی‌کند و مدام در هراس از این بسر می‌برد که نتواند آنچه را که هست و یا آنچه را که دوست دارد باشد به طرف رابطه نشان بدهد. بدیعی است که در این موارد طرف مقابل نیز ممکن است احساس ناآرامی‌ای را که چنین شخصی در ارتباط با وی دارد حس کند ولی آنرا به حساب چیز دیگر بگذارد و مثلاً با بی‌میلی به صحبت‌هایش گوش دهد، که در این حال خیال ناآرام و مشوش وی را مهترآید زده است و عاملی می‌شود برای تأکید شدن هراس‌های اجتماعی فرد پناهنده.

بنابراین احساس «متفاوت بودن از دیگران» و «هراس‌های اجتماعی» ارتباط بین انسانی را محدود و مخدوش کرده و آنرا تحت الشعاع خود قرار می‌دهند و نهایتاً انزوای اجتماعی را بار می‌آورند و اینها بدنبال خود احساس ناتوانی و تنهایی شخصی را تقویت می‌کنند. مدت زمان زیادی نیست که روانشناسان به مسأله «احساس تنهایی کردن» پرداخته‌اند (مراجعه کنید به: پپلاو و پرل‌من، ۱۹۸۲؛ توماس، ۱۹۸۵). بسیاری از تحقیقاتی که در این زمینه صورت گرفته است نشان می‌دهند که احساس تنهایی درازمدت بعنوان خطری جدی برای موقعیت سلامتی جسمی-روانی محسوب می‌شود (رُوک، ۱۹۸۴). احساس تنهایی و یا از طرف دیگر روابط محدود فرد با محیط نه تنها آسیب‌پذیری فرد را در کنار آمدن با مسائل روزمره زیاد می‌کنند، بلکه بخودی خود شرایط فشارزای روانی‌ای را بوجود می‌آورند که سبب تهدید جدی خودارزش‌گذاری فرد می‌گردند.

به اعتقاد من (که این اعتقاد نشأت از مشاهداتم می‌گیرد) «احساس تنهایی» یکی از جدی‌ترین و شایع‌ترین احساساتی است که در نزد پناهنده‌گان ایرانی موجود است. در اینجا لازم به اشاره می‌دانم که بین «احساس تنهایی کردن» (Einsamkeit) و «تنها بودن» (Alleinsein)

تفاوت زیادی وجود دارد. منظور از احساس تنهایی کردن انعکاس نوع اجتماعی ی این احساس است و نه نوع شخصی ی آن بعنوان زمانی که فرد دوست و همسری ندارد. احساس تنهایی حتی می‌تواند آزمانی نیز که فرد در بین جمع و با جمع است نیز وجود داشته باشد، به این معنا که فرد خود را متعلق به جمع و در جمع احساس نمی‌کند. حتی به لحاظ عمومی نیز در تحقیقات ثابت شده است (تزیاکالوس، ۱۹۸۳) که اعضاء گروه‌های اقلیت‌های قومی غالباً در انزوای اجتماعی بسر می‌برند، بندرت توسط اهالی بومی بعنوان انسانهایی هم‌سان قلمداد می‌گردند و غالباً نیز در روابط اجتماعی برای اهالی ی بومی «جذابیت» ندارند. نتیجه این پس‌زده شدن‌ها از طرف جامعه احساس تنهایی و وارد شدن خدشه به احساس خود ارزشی پناهنده است. در تحقیقاتی که پتیلتون (۱۹۸۶) انجام داده است کودکان ترکیه‌ای خود را در گروه مدرسه‌ای خود بعنوان موجوداتی رسمیت نیافته و غیردوست داشتنی قلمداد کرده‌اند. و مطابق آن نیز گفته‌اند که احساس تحقیرشده‌گی و انزوا می‌کنند. بعنوان جمع‌بندی این بخش می‌توان چنین گفت که: پناهنده‌گان ایرانی الگوهای خود ارزش‌گذاری نامناسبی را اتخاذ می‌کنند که تا حد بسیار زیادی تابع تفاوت میان نورم‌ها و ارزش‌های بین دو فرهنگ ایرانی و آلمانی است. ولی از سوی دیگر این ارزش‌گذاری نامناسب خود نتیجه تلقی نادرست از خود بعنوان موجودی اجتماعی است. پناهنده‌گان شدیدتر وابسته به خانواده هستند/ می‌گردند، حساسیت شدیدتری نسبت به گروه هم‌سن آلمانی خود در رابطه با توجه متمرکز بر خود (Selbstaufmerksamkeit) در انزار عمومی نشان می‌دهند و بیشتر از آنها از هراس‌های اجتماعی و احساس تنهایی در رنج بسر می‌برند.

### ۳-۲. هویت ملی و افق‌های آتی

یکی دیگر از عواملی که در کنار آمدن با فشارهای روانی ی عادی زندگی در قیاس با فشارهای خاص زندگی در تبعید تفاوت عمده‌ای به جا می‌گذارد جنبه بستر درون فرهنگی و یا هویت فرهنگی است. برای مثال این نکته از اهمیت زیادی برخوردار است که آیا پناهنده خواهان آن است که مابقی عمر خود را در کشور میزبان بگذرانند و یا قصد بازگشت به کشورش را دارد.

طبیعی است که بطور کلی آینده فرد خارجی نیز تابع شغل، افق شغلی و موقعیت اجتماعی اوست. در رابطه با این موضوع کراوالاس و براون (۱۹۸۲) در پی تحقیقی که در منابع موجود کردند و از تجزیه تحلیل مقالاتی که در این زمینه نگارش یافته بودند به این نتایج رسیدند: محدودیت در انتقال اعضای خانواده به کشور میزبان، اجازه کار و اجازه اقامت مؤقت، قوانین خارجی‌ها و پلیس مخصوص خارجی‌ها و هم چنین خطر پس فرستاده شدن خارجی‌ها چه در صورت کوچکترین جرمی که مرتکب بشوند و چه با از دست دادن کارشان همگی نشان‌دهنده تبعیضاتی‌اند که در مورد این گروه اجتماعی وجود دارد. این تبعیضات در ساده‌ترین سطح آن موجب ناستواری برنامه‌های آتی زندگی می‌شوند. آزردگی‌های روانی ی پناهنده‌گان بخاطر وجود تبعیض شغلی و موقعیت زیست نامناسب (مسکن) عمیق‌تر می‌شوند. این فشارها بر روابط خانوادگی تأثیر گذارده و امور تربیت کودکان را نیز تحت الشعاع قرار می‌دهند.

در این خصوص شکافی نیز بین فرزندان پناهنده‌گان و والدین آنها بواسطه خواست بازگشت

خانواده به کشور مبدأ و اینکه زندگی در اینجا را بعنوان موقت می‌بینند بوجود می‌آید ، چرا که فرزندان پناهنده‌گان یا در سنین پایین به این کشور آمده‌اند و یا بخشاً در این کشورها بدنیا آمده، رشد کرده و در حال پذیرش توابع فرهنگی این جوامع هستند. در این حال خانواده از آنها توقع «دو عملی بودن» در افکار و اعمالشان را دارد (پاپالکاس، ۱۹۸۲). از آنها انتظار می‌رود که در آن واقع نسبت به هر دو گروه مراجعه جهت یابی داشته باشند و هر آن نیز آماده‌گی داشته باشند که یا در کشور میزبان بمانند و یا به کشور والدینشان بازگردند.

طبق نظریه‌های گروه‌های مراجعه فرزندان مهاجرین تحت شرایط فشارهای روانی دائم بسر می‌برند. فشارهای روانی ناشی از این نکته که بلاخره باید خود را با کدام گروه مراجعه تداعی کنند؟ و یا اینکه در کدام جامعه باید زندگی کنند؟ بغرنجی این قضیه به لحاظ روانی چنین است که فرزندان پناهنده‌گان در فراغ خاطر نسبت به آینده خود نیستند و از طرف دیگر گروه مراجعه و گروه تعلق آنها با یکدیگر تفاوت دارد.

### ۱-۳-۲ تطابق گروه‌های مراجعه و گروه‌های تعلق

تنها برای پناهنده‌گانی که قصد بازگشت به کشورشان را دارند گروه‌های مراجعه و گروه تعلق با یکدیگر انطباق دارند (آنهم بخشاً تنها به لحاظ ذهنی). در این حال دیگر گروه مراجعه بعنوان گروه سنی‌ای که در برگیرنده آلمانی‌ها نیز هست از اهمیت برخوردار نمی‌باشد و جای این گروه را افرادی می‌گیرند که در ایران زندگی می‌کنند و فرد پناهنده بخصوص افراد نسل دوم تنها به لحاظ ذهنی می‌تواند با آنها رابطه داشته باشد. این محدودیت افق مقایسه‌ای و تداعی‌ی ذهنی وار گروه مراجعه نتایجی را برای خود ارزش‌گذاری پناهنده ببار می‌آورد. از آنجایی نیز که امکانات، توانایی‌ها و سطح آموزشی گروه سنی آلمانی برای آنها کمتر اهمیت می‌یابد می‌توان در این طیف از پناهنده‌گان تفاوت‌های معنی‌داری را در خود ارزش‌گذاری آنها نسبت به هم‌سن‌وسالان آلمانی آنها دید. در این حال تنها افرادی با مهارت‌ها و تحصیلات بالا از این نکته سود می‌برند، چرا که درجه مهارت و تحصیلات بالای آنها وسیله‌ای است برای اینکه آنها در کشورشان موقعیت بهتری بیابند. بنابراین کسانی که قصد بازگشت به کشورشان را دارند بایستی خود را با نورم‌ها و معیارهای فرهنگی کشور خودشان جهت یابی بدهند و هویت قومی خود را پذیرفته و بکار گیرند.

طبیعی است که «قصد بازگشت داشتن» استراتژی‌ای را در اختیار پناهنده‌گان می‌گذارد تا با مسائلی که در محیط اقامتشان با آن روبرو هستند بهتر کنار بیایند. ولی از طرف دیگر نمی‌توان نادیده گرفت که این مساله خود چیزی است که سبب بیگانگی از محیط می‌شود و تنها بعنوان استراتژی‌ای بکار برده می‌شود تا از بی‌حقوقی اجتماعی‌ای که با آن روبرو هستند بگریزند.

### ۲-۳-۲ عدم تطابق بین گروه‌های مراجعه و گروه‌های تعلق

برای پناهندگانی که قصد دارند برای همیشه در آلمان بمانند گروه مراجعه و گروه تعلق دو چیز متفاوت از همدیگر هستند. در این حال برای پناهنده و بخصوص افراد نسل دوم

پناهنده‌گان، گروه مراجعه در بردارندهٔ افرادی است که وی خواهان پیوستن به آنها است، یعنی گروه هم‌سالان آلمانی وی. براساس نظریات گروه‌های مراجعه تفکر و اعمال پناهنده در این حال توسط «جامعه‌پذیری انتظاری» (antizipatorische Sozialisation) مشخص می‌گردند. انتظاری بدین خاطر که جهت‌دهی به خود برای دست‌یافتن به حد مطلوبی از رفتار آلمانی لازمه‌اش بریدن از نورم‌های و ارزش‌گذاری‌های فرهنگ ایرانی است. بنابراین افراد نسل دوم پناهنده‌گان ایرانی که بخواهند خود را مطابق الگوهای فرهنگی کشوری کند که در آن زندگی می‌کند مجبورند «از خانه گریز بشود»؛ در این حال هویت قومی‌شان تغییر می‌یابد و دیگر خواهان این نیستند که آنها را «خارجی» قلمداد کنند بلکه می‌خواهد «آلمانی» بشود. وقتی چنین تمایلی در نوجوان پناهنده شکل می‌گیرد روابط خانواده‌گی بین اعضای خانواده نیز دستخوش تغییرات می‌شود و وی دیگر مانند گذشته از حمایت افراد خانواده برخوردار نخواهد بود. در این حال موفقیت روانی و کنارآمدن با فشارهای روانی زندگی برای نوجوانانی که خانواده‌شان بدلائیل دیگری حالت تلاشی گرفته است وخیم‌تر می‌گردد چرا که اساساً انتظار حمایت را نمی‌توانستند داشته باشند.

مسأله دیگری که پناهنده در این راه با آن روبرو می‌گردد مسأله رقابت با هم‌سن و سالان آلمانی خود است. نوجوان ایرانی در اینجا نیز بخاطر نابرابری حقوقی در جامعه و سیل تبعیضات مختلف در تنگنا قرار می‌گیرد. دامنه تبعیضات اینچنینی با مختل شدن سیر پیشرفت تحصیلی و شغلی شیرازه‌های زندگی را به وی تنگتر می‌کنند و تأثیر نامطلوبی بر روی نظام خود ارزش‌گذاری‌اش بجای می‌گذارند.

در چنین شرایطی نوجوانی که خواهان ماندن در اینجا است، از یک طرف به لحاظ اجتماعی (در خانواده و جامعه بزرگتر) مورد حمایت قرار نمی‌گیرد و از طرف دیگر در رقابت شدید با هم‌سن و سالان آلمانی خود بسر می‌برد. رقابتی که در آن از طرف مقابل نه تنها مورد حمایت قرار نمی‌گیرد بلکه پسرانده می‌شوند و به لحاظ اجتماعی-حقوقی و مالی در سطح پایین‌تری نسبت به آنها قرار می‌گیرد.

## لیست منابع:

- Boos-Nunning, U. & Nieke, W. 1982. Orientierungen und Handlungsmuster zur Bewältigung der Lebenssituation in der Bundesrepublik Deutschland. Psychosozial, 16, 63-90.
- Bowler, R., Rauch, S. & Schwarzer, R. 1986. Self-esteem and interracial attitudes in black high school students. Urbahn Education, 21, 3-19.
- Buss, A. H. 1980. Self-consciousness and social anxiety. San Francisco: Freeman.
- Fend, H. Knorz, W., Nagl, W., Specht, W. & Väh, R. 1976. Sozialisations-effekte der Schule, Weinheim; Belz.
- Festinger, I. 1954. A theory of social comparison processes. Human Relations. 7, 117-140.
- Gravalas, B. & Braun, F. 1982. Die beruflichen und sozialen Chancen ausländischer Jugendlicher - Integration oder Segregation. München: Verlag Deutscher Jugendsinstitut.
- Hofeter, J.W. 1982. Race difference in selective credulity and self-esteem. The Sociological Quarterly, 26, 527-537.
- Hyman, H. H. & Singer, E. (Eds.) 1968. Readings in reference group theory and research. New York: Free Press.

- Jensen, G.E., White, C. S. & Galihier, J.M. 1982. Ethnic status and adolescent self-evaluations: An extension of research on minority self-esteem. *Social Problems*, 30, 226-239.
- Jerusalem, M. 1983. Selbst bezogene Kognitionen in schulischen Bezugsgruppen. Eine Längsschnittstudie. Dissertation, Freie Universität Berlin.
- Jerusalem, M. & Schwarzer, R. 1986. Selbstaufmerksamkeit. In: Schwarzer, R. (Hrsg.): Skalen zur Befindlichkeit und Persönlichkeit (Forschungsbericht Nr. 5 aus dem Arbeitsbereich pädagogische Psychologie, pp. 3-14). Berlin: Freie Universität, Institut für Psychologie.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. 1984. *Stress, appraisal and coping*. New York: Springer.
- Moos, R. H. 1975. *Evaluating correctional and community setting*. New York: Wiley.
- Mummendey, H. D. 1990. *Psychologie der Selbstdarstellung*. Verlag für Psychologie, Dr. C. J. Hogrefe, Göttingen.
- Newcomb, T.M. 1958. Attitude development as a function of reference groups: The Bennington study. In: Maccoby, E., Newcomb, T.M. & Hartley, E.L. (Eds): *Readings in social psychology* (pp. 256-275). New York: Holt.
- Semmer, N. 1980. *Streß. Handwörterbuch der Psychologie*. PVU
- Ockerman, J.D. 1979. Self-esteem and social anchorage of adolescent white, black and Mexican students, Palo Alto, CA: R&E Research Associates.
- Padilla, A. M. (Ed.). 1980. *Acculturation: Theory, models and some new findings*. Boulder, CO: Praeger.
- Papalekas, J.C. 1982. Die zweite Ausländergeneration: Kulturelle Aspekte. In: Lojewski, G. (Hrsg.): *Integration der Kinder ausländischer Arbeitnehmer-Probleme und Antworten auf eine Herausforderung* (pp. 27-38). Köln: Hans Martin Schleyer Stiftung.
- Peplau, L. A. & Perlman, D. 1982. *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. New York: Wiley.
- Petilton, H. 1986. Schulanfang mit ausländischen und deutschen Kindern. Forschungsbericht aus der erziehungswissenschaftlichen Hochschule Reinland-Pfalz. Abteilung Landau.
- Powell, G. J. (Ed.) 1983. *The psychological development of minority group children*. New York: Brunner/Mazel.
- Quast, H. H. 1986. Fragebogen zur sozialen Beziehung. In: Schwarzer, R. (Hrsg.): Skalen zur Befindlichkeit und Persönlichkeit (Forschungsbericht Nr. 5 aus dem Arbeitsbereich Pädagogische Psychologie, pp. 173-177). Berlin: Freie Universität, Institut für Psychologie.
- Rook, K. S. 1984. Promoting social bonding. Strategies for helping the lonely and socially isolated. *American Psychologist*, 12, 1389-1407.
- Rosenberg, M. 1979. *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Russel, D., Peplau, L. A. & Cutrona, I. 1980. The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39, 472-480.
- Sarason, I. G. & Sarason, B. R. (Eds.) 1985. *Social support: Theory, research and applications*, Dordrecht: Nijhoff.
- Schneewind, K. A. Beckmann, M. & Hecht-Jaki, A. 1985. *Das Familienklima-Testsystem*. Testmanual (Forschungsbericht 8.1 aus dem Arbeitsbereich Persönlichkeitspsychologie und Psychodiagnostik). München: Universität München, Institut für Psychologie.
- Schwarzer, R., Jerusalem, M. & Quast, H. H.. 1986. Schüchternheit. In: Schwarzer, R. (Hrsg.): Skalen zur Befindlichkeit und Persönlichkeit (Forschungsbericht Nr. 5 aus dem Arbeitsbereich Pädagogische Psychologie, pp. 107-118). Berlin: Freie Universität, Institut für Psychologie.
- Schwarzer, R. Lange, B. & Jerusalem, M. 1981. Selbstkonzept und Ängstlichkeit bei deutschen und ausländischen Grundschulern. *Unterrichtswissenschaft*, 2, 112-119.
- Shuval, J. T. 1982. Migration and stress. In: Goldberger, L. & Breznitz, S. (Eds.): *Handbook of stress* (pp. 677-691). New York: The Free Press.
- Simpson, G. E. & Yinger, J. M. 1985. *Racial and cultural minorities*. New York: Plenum Press.
- Smither, R. 1982. Human migration and the acculturation of minorities. *Human Relations*, 35, 57-68.
- Suls, J. M., Gaes, G. & Gastorf, J. 1979, Evaluating a sexrelated ability: Comparison with same-, opposite-

and combined-sex norms. *Journal of Research in Personality*, 13, 294-304.

Thomas, A. 1985. Sozialpsychologisch-kognitionspsychologische Ansätze der Erforschung von Einsamkeit. In: Albert, D. (Hrsg.): Bericht über den 34. Kongreß der Deutschen Gesellschaft für Psychologie Wien 1984. (Bd. 1, pp. 482-484). Göttingen: Hogrefe.

Tsiakalos, G. 1983. Ausländerfeindlichkeit. Tatsachen und Erklärungsversuche. München: Beck.