

روانشناس محترم،

برای مشکلات زندگانی به شما رو می آورم. از پنج سال پیش، به عنوان پناهنده، با همسر و فرزندانم به فنلاند آمده ام. به آموزش زبان فنلاندی پرداخته و در حال حاضر قادرم که امور خود را در بانک، فروشگاه، اداره خدمات مهاجرین، سازمان امور اجتماعی (kela) و اداره کار، در حد لازم و به تنهایی انجام دهم. قبلاً من در شهر و کشور متبوع خودم حرفه و شغل خوب و معتبری داشتم؛ و به همین سبب هم مورد احترام مردم بودم. ولی پس از مدت زمانی، آنچه باید اتفاق می افتاد، اتفاق افتاد و همه چیزم از دست رفت. پس از این وقایع، تا آمدن ما به فنلاند، در شرایط بسیار سختی زندگانی کردیم. با تمام این اوصاف، شخصاً سرپرست و رئیس خانواده ماندم، امور مربوط به خانواده را به انجام رساندم و نظم زندگانیمان را به نحو احسن حفظ نمودم. اما حالا پس از ورود به اینجا، فقط یک فردی با نام پناهنده هستم، که مسئولین به این طرف و آن طرف پاسم می دهند. با وجود اینکه از چندین جا تقاضای کار کرده ام، ولی هنوز کسی به من کاری نداده است. البته، اخیراً برای همسرم کاری پیدا شده و او بزودی با عنوان دستیار، شروع به کار خواهد کرد. به نظر می رسد که در اینجا همسرم از خیلی جهات از من بیشتر پیشرفت کرده است. از جمله، او زبان را هم سریعتر و راحتتر یاد گرفته و به همین دلیل، اکنون آنرا خیلی فصیحتر از من صحبت می کند. فرزندانمان نیز به همین ترتیب. گاهی که من واژه ای را بد یا غلط تلفظ می کنم، همه آنها به من می خندند؛ و این موضوع من را خیلی عصبانی می کند.

تأمین اجتماعی عمومی در فنلاند، امری بسیار خوب است. اما از طرف دیگر، این رفاه مالی، باعث پاشیدگی وحدت و یگانگی مرام در خانه و خانواده می شود. به این ترتیب که هر فرد خانواده دوست دارد تا خواسته ها و نیازهای خود را به دست بیاورد. وقتی هم که من می خواهم تا از نحوه صحیح استفاده از پول صحبتی به میان بیاورم، هیچکس گوشش شنوا نیست. بچه ها مدام احتیاجات پایان ناپذیری دارند و فقط به خواسته های خودشان فکر می کنند. وقتی که از طریقه صحیح استفاده از منابع مالی با آنها حرف می زنم، صبر و حوصله گوش کردن ندارند و با بی قراری پا به پا می کنند. البته ناگفته نماند که وقتی از وضعیت مالی بد خویشانمان با آنها صحبت می کنم، آنها هم ناراحت می شوند. ولی باید گفت که آنها در اینجا، به نحوی که در وطن خودمان پرورش می یافتند، بزرگ نشده؛ بلکه طور دیگری بار آمده اند. اختیارات و کنترل را بر روی خانواده از دست داده؛ و یقین دارم که هیچوقت آن مقام و منزلت قبلی خود را مجدداً به دست نخواهم آورد. همه چیزم را از دست داده ام؛ خانه، باغ، اتومبیل و زندگانی مرفه. حالا در اینجا خودم را انگل جامعه ای احساس می کنم که در آن هیچ نفر برایش اهمیت ندارد که من قبلاً چه شخصی بوده ام. چندی پیش یک پسر بچه فنلاندی در خیابان به سویم فریاد زد که "بد پک و پوز، گم شو!"، بعد با فهقه به من خندید. از این حادثه احساس شدیدی از عجز و ناتوانی به من دست داد. با این وجود که او فقط بچه شربیری به سن و سال کوچکترین پسر خودم بود. گاهی اوقات خیال می کنم که شاید بهتر بود که همه ما هم در اصابت موشک به خانه مان از بین رفته بودیم. ولی گویا خواست پروردگار این طور نبوده؛ و با وجود اینکه همه چیزم از دست رفته، چاره دیگری به جز تقلا و کوشش در جهت ادامه بقاء نیست.

امضاء، "مردی پاکباخته"

آقای "پاکباز" محترم،

از سطوری که برای ستون این مجله ارسال داشته اید، متشکرم. من مطمئن هستم که تعداد زیادی از مردها و یا پدران خانوادهایی در موقعیت شما هم دارای بسیاری از همین احساسات و اندیشه های شما می باشند. به ناچار در وضعی قرار گرفته اید که باید خود را با تغییرات شدیدی وفق دهید. این بسیار طبیعی است که انسان در چنین وضعی، وقتی به چیزهای از دست رفته خود فکر می کند، ناراحت و غمگین می شود. باز هم طبیعی است، که انسان در مقابل تمام ناملایمات و فشارهای حاصل از محیط جدید زندگانی خود، عصبانی و پریشان گردد. در هر صورت می دانیم که زمان سپری شده را

نمی‌توان به حال باز گرداند؛ و از مقابله با آینده هم نمی‌توان اجتناب نمود. هر روزی از زندگانی ما، تغییراتی را با خود به همراه دارد؛ اما خوشبختانه، بسیاری از این تغییرات مطابق میل بوده و تأثیرات مثبتی نیز در زندگانی انسان باقی می‌گذراند. فرزندان شما بزرگ شده، موفقیت به دست آورده و پیشرفت می‌کنند؛ و کلاً، زندگانی امکانات مختلفی برای تمام اعضای خانواده به ارمغان خواهد آورد. این یک خیال آرمانی است که زندگانی همیشه بر مراد دل انسان باقی بماند. یعنی واقعیت زندگانی این است که خوشبختی جاودانی برای هیچ کس وجود ندارد. اما، در مورد شما می‌توان گفت؛ که عواملی که موجب تغییر شرایط زندگانی شما شده، نتیجه قصور و یا اشتباه خودتان نبوده؛ بلکه حاصل آشوب و اغتشاشاتی بوده که در وطنتان رخ داده و شما را به سوی پناهندگی سوق داده است. مهاجرت به سرزمینی ناآشنا، با فرهنگ اجتماعی کاملاً بیگانه، برای هر انسانی کار بسیار دشواری است؛ و نیروی تحمل و سازگاری سخت‌ترین افراد را نیز در بوتۀ آزمایش بزرگی می‌گذارد.

برای اینکه بتوانید غم و افسوس خود را در مورد چیزهای از دست داده گذشته هر چه سریعتر التیام بخشید، باید عزت و اتکاء به نفس خود را با ارزشها و امکانات جامعه نوین استوار کنید. در مورد شما، هنوز کار و یا سرگرمی مناسب دیگری که بتوانید از آن لذت برده و یا از صمیم قلب خودتان را با آن مشغول کنید، مشاهده نمی‌شود؛ ولی بدون شک، روزی شما هم در فنلاند شغل و یا کار مناسبی، در زمینه‌های دیگری از آنچه قبلاً به آن اشتغال داشته‌اید، برای خود پیدا خواهید کرد. بعلاوه، همان طوری که خودتان نیز اشاره کرده‌اید؛ در اینجا احتیاجی نیست که انسان برای ادامه حیات فقط متکی به خود باشد. یا به عبارت دیگر؛ در صورت بروز مشکلاتی در زندگانی، مسئولین امر کمکهائی نظیر: مدد معاش بیکاری و خدمات بهداری و امور اجتماعی به عموم مردم ارائه می‌دهند. بسیاری از خود فنلاندیها نیز دچار بیکاریهای طولانی مدت می‌باشند؛ و عموماً این مسئله در نتیجه تقصیر یا کوتاهی، و یا به خواست خود آن اشخاص نیست. به احتمال زیاد شما هم باید به آموزش حرفه و یا مهارت جدیدی پرداخته، و متعاقباً کاری مناسب در همان زمینه برایتان پیدا خواهد شد. باید از این موضوع که همسران در زمینه اشتغال موفقیت‌هایی داشته، خوشحال باشید. رضایت و تشویق شما، برای پیشرفت‌های بیشتر همسران در این امر، بسیار مؤثر خواهد بود. در واقع، خود شما هم سرانجام به کاری غیر از آنچه در سابق انجام می‌داده‌اید، اشتغال خواهید یافت. در خانواده‌های فنلاندی امری بسیار معمول است که مرد و زن هر دو کار می‌کنند و هر یک صاحب در آمد می‌باشد. همچنین خیلی دیده می‌شود که پدر هائی، بنا به مقتضیات شغلی خود، مدتی در خانه مانده و امر نگهداری از بچه‌ها را به عهده می‌گیرند. هر خانواده، تشکلی جداگانه است که بر اساس خصوصیات منحصر به خود پایدار می‌باشد. هم چنین، می‌دانیم که عوامل موجود در محیط اطراف خانواده‌ها، در ایجاد خواسته‌ها و نیازهای اعضای آن مؤثر می‌باشند. کودکان و نوجوانان به اطراف خود نگرسته و مطالب و موضوعات جدید و متفاوتی را مشاهده می‌کنند؛ و تمایل پیدا می‌کنند تا خود را با سایر بچه‌های هم سن و سال خودشان هم‌آهنگ و همانند کرده، و مثل آنها رفتار نمایند. این سعی و کوششی است که بنا به اقباض سن و سال بچه‌ها بوده؛ و یکی از ضرورات رشد اجتماعی آنها می‌باشد. به همین دلیل، چنانچه شخص بزرگسالی هم در جامعه احساس بیگانگی و غربت نموده، یا وجود خود را مورد احتیاج و یا احترام دیگران نبیند، یا خود را صاحب هیچ هنری نداند؛ سخت غمگین و ناراحت خواهد شد.

نوشته‌اید که تسلط خود را بر روی اعضای خانواده‌تان از دست داده‌اید. به این موضوع از دید دیگری نگاه کنید؛ یعنی فکر کنید که نقش شما به عنوان رئیس خانواده هنوز دست نخورده باقی مانده است، ولی تصمیمات شما برای اداره خانواده‌تان، بیشتر تحت تأثیر عوامل و ارزشهای جامعه نوین می‌باشند. در حال حاضر، نقش واقعی شما در این خانواده بیشتر یک شریک زندگانی متساوی، دوست و یا یاور است، نه فقط اسماً یک رئیس. البته در مقام یک پدر، هنوز وظیفه دارید که مراقبت کنید تا کسی از حد و مرز ضوابط امنیتی و متعارف جامعه خارج نشود؛ و همزمان با محافظت خانواده، فرزندانان را برای رسیدن به یک تربیت و رشد صحیح و حصول موفقیت؛ مورد عنایت و تشویق قرار دهید.

معمولاً بچه‌ها خیلی زودتر از بزرگسالان زبان یاد می‌گیرند، و خودشان را با آداب و رسوم محیط پیرامونشان سریعتر وفق می‌دهند؛ ولی توجه داشته باشید که این تغییرات بچه‌ها بیشتر سطحی است. یکی از وظایف دیگر شما در نقش پدر

این است، که از ارزشهای فرهنگی سرزمین خود، آنچه را که لازم می دانید، حراست کرده و به فرزندان خود بیاموزید؛ و نگذارید که آنها را به دست فراموشی بسپارند. البته، نحوه اجرای این آموزش، در درجه اهمیت شایانی است. مثلاً، اگر مکرراً توقعات فرزندان خود را با بچه های خویشاوندانتان، که در موطن شما در فقر به سر می برند مقایسه کنید؛ آنها با توجه به خواسته ها و نیازهای مادی خود، دچار تضاد شده و احساس شرم و گناه خواهند کرد؛ و این احساس گناه، به نوبه خود باعث می شود که هر وقت از ارزشهای فرهنگی بومی صحبتی به میان بیاید، آنها دچار اضطراب و آشفتگی روحی شوند. سعی کنید که موضوع آموزش فرهنگ بومی را از توقعات و خواسته های بچه ها تفکیک کنید. البته شکی نیست که باید به فرزندان خود ارزش پول و نحوه استفاده از آن را یاد داده، و به آنها بفهمانیم که انسان نمی تواند تمام خواسته های مادی خود را بر آورد نماید. در غیر این صورت، آنها در بزرگسالی قادر نخواهند بود که از عهده مسائل مالی خود بر آیند. همچنین، در امر پرورش کودکان مهاجر، برای حفظ تعادل روحی آنها، بهتر است که اطلاعات فرهنگی و واقعیات زندگی در سرزمین بومی آنها، از طریق والدینشان به آنها انتقال پیدا کند. به عنوان یک پدر و شوهر، در حال حاضر هم زندگانی شما دارای امکانات فراوانی است. برای مثال؛ می توانید در امور خانه و مدرسه فرزندانتان فعالیت نموده و در تمام جلساتی که در این رابطه برگزار می شود شرکت نمائید. بعلاوه، مصاحبت و شرکت شما در این قبیل مجامع فنلاندیها، روزنه های بیشتری را برای آشنائی و شناخت فرهنگ این جامعه برای شما باز می کند.

با تمام این اوصاف، گاهی افسردگی و اندوه چنان دوام پیدا می کند که بهتر است با مراجعه به متخصصین فن؛ از جمله روانشناس و یا پزشک، دنبال چاره گشت. این متخصصین در درمانگاه محل سکونت خودتان هم یافت می شوند؛ یعنی بدون دغدغه و با فراغت خاطر از آنها وقت ملاقات گرفته و به آنجا مراجعه نمائید. در خاتمه، اذعان دارم که وضعیت شما را که در میان دو فرهنگ متفاوت قرار گرفته اید درک کرده؛ و به تشخیص و توجه شما به این موضوع نیز احترام می گذارم. با وجود اینکه چیزهای زیادی را از دست داده اید، ولی در مقام یک مرد، هنوز برای شما درهای زیادی باز مانده است. علاوه بر اینها، گذشت زمان امکانات بیشتری را نیز برای شما به ارمغان خواهد آورد.

"سیرکو سویکانن" Sirku Suikkanen

روانشناس