

# مادران سمی و آسیب‌های وارد به دختران

راهنمای کاربردی برای کمک به دخترانی که در دامان

مادری خودشیفته، منفعل، افسرده، سلطه‌جو، کمال‌طلب،

متوقع یا... پرورش یافته‌اند.

دکتر سوزان فوروارد

مینا فتحی



انتشارات لیوسا

## فهرست

۵	مقدمه
۲۰	مقدمه‌ی مترجم
۲۳	بخش اول
۲۴	تابوی منع زیر سؤال بردن عشق مادرانه .....
۴۱	مادران به شدت خودشیفته .....
۷۴	مادران گنه و به شدت وابسته .....
۹۶	مادران سلطه جو .....
۱۱۹	مادرانی که خود به مادر نیاز دارند .....
۱۴۲	مادری که نادیده می‌گیرد، لو می‌دهد،.....
۱۷۶	بخش دوم
۱۸۲	رویارویی با واقعیت .....
۲۰۴	اذعان به احساسات دردناک .....
۲۲۴	تلنگری به حکمت خشم و اندوه شما .....
۲۴۸	رفتارت را عوض کن تا زندگی ات عوض شود .....
۲۶۳	تعیین حد و مرز .....
۲۸۱	تصمیم بگیرید که اکنون خواهان چه نوع.....
۳۰۴	دشووارترین تصمیم .....
۳۱۶	سالخورده، بیمار یا تنها:.....
۳۲۷	خرین بخش این سناریو:.....

می دهند که گویی تنها به صرف زاییدن و به دنیا آوردن یک نوزاد، تمام خصائل مادرانه در او پدیدار می شود، در صورتی که چنین باوری عینیت ندارد. در اصل هیچ عصای جادویی وجود ندارد که به آنی «غریزه‌ی مادری» را در فرد به وجود بیاورد و با یک حرکت زنی را، به خصوص زنی مشکل دار را، در حالت عشق عمیق نسبت به فرزندش قرار دهد و او را از نیازهای عاطفی و روانی بچه آگاه کند و آن طور که هر بچه‌ای آرزویش را دارد، او را بیرورناند. در باور رهروان مکتب فروید، مادر مسئول و مقصر همه‌ی کم‌وکاستی‌ها و ضعف‌ها و مشکلات فرزند است، اما در عین حال در همین مکتب تمایلی شدید به این باور وجود دارد که نقش مادر خودبه‌خود معنای همان عشق سالم مادرانه را می دهد.

باورگسترده در مورد مقدس بودن مادر به قدری قوی است که حتی اگر مادر تان بی مهر، پرخاشگر یا آسیب‌رسان بوده باشد و اکنون تلاش کنید تا حقایقی از کارهایی را که او با شما کرده است مطرح کنید - رفتارهایی که واقعاً با شما کرده - بی‌برورگرد از جانب اطرافیان تان و حتی خود مادر تان با دیواری از مقاومت روبه‌رو خواهید شد، گویی حکم بر این است که همه تلاش کنند تا به هر قیمت صرفاً از مادران دفاع کنند و به عبارتی سروته قضیه را هم بیاورند تا مبادا کلمه‌ی مادر خدشه دار شود.

در واقع انتقاد از مادران بی محبت به دلیل وجود بسیاری از تابوها و نگرش‌ها درباره‌ی ماهیت و عمق زخم‌های وارد از جانب مادران به فرزندانشان، مورد انتقاد، بدبینی، سرزنش یا نصیحت قرار می‌گیرد. در اصل اگر شما تابه‌حال سعی کرده باشید ترسیمی از رفتارها و برخوردهای بد مادر تان با خودتان به دست بدهید، خواهید دید که چه واکنشی به شما نشان داده خواهد شد:

۱

## تابوی منع زیر سؤال بردن عشق مادرانه

«چگونه جرئت می‌کنی درباره‌ی مادرت بدگویی کنی؟»

احتمالاً بسیاری از ما به اشتباه تصور می‌کنیم در دوره‌ای زندگی می‌کنیم که به واسطه‌ی پیشرفت‌های علم روان‌شناسی بسیاری از مسائل مربوط به روان و روابط بین فردی کشف و حل شده است، در حالی که ما هنوز حتی نتوانسته‌ایم خود را از بسیاری از باورهای افسانه‌ای و اساطیری درباره‌ی مفاهیمی حقیقی و جدی نظیر مادر و مقدس بودن مادر برهانیم؛ این باور مادر را موجودی تعریف می‌کند که صرفاً به واسطه‌ی باردار شدن و فرزندآوری، خودبه‌خود دارای خصائل و ویژگی‌های مورد انتظار از هر مادری است، نظیر توانایی عشق ورزیدن، مهربانی، حمایت و ایجاد امنیت. ولی باید بگوییم که این تعریف کلی از مادر می‌تواند سرپوشی غیرعادلانه بر آن دسته از مادران بی‌مهری بگذارد که از چنین خصائلی برخوردار نیستند؛ مادرانی که برای‌شان اهمیتی ندارد همسر، دیگر اعضای خانواده و جامعه رفتارهای آنها را مورد انتقاد قرار دهد یا آنها را موشکافی کند. در اغلب جوامع طوری مادران را مورد ستایش و پرستش قرار

### دیگران آنچه را شما می‌بینید، نمی‌بینند

پیامدهای ناشی از همزیستی با مادری بی‌مهر و بدخو می‌تواند احساس تنهایی و انزوای شدیدی در شما ایجاد کند. آن دسته از زنان و دخترانی که از نعمت داشتن مادری مهربان و با توجه برخوردار بوده‌اند، به سختی می‌توانند درک کنند که همه‌ی مادران مانند مادر آنها نیستند. این موضوع شامل آن دسته از دوستان و خویشانی هم که دارای مادری بدخو نبوده‌اند، می‌شود. پس زمانی که شما درد ورنج ناشی از رفتارهای مادران را نزد آنها بازگو کنید، درکی واقعی از مشکلات شما نخواهند داشت و به درستی نمی‌توانند با شما همدردی کنند. والری، زن جوان سی و دو ساله‌ای که برنامه‌ریز کامپیوتر بود، به این دلیل نزد من آمده بود که بر اضطراب و خجالتی که او را از موفقیت‌های شغلی و زندگی اجتماعی‌اش بازمی‌داشت، غلبه کند. او می‌گفت برایش مشکل است که از پوسته‌ی مقاومتی‌اش بیرون بیاید چرا که افراد دوروبرش احساس او را درک نمی‌کنند.

از او خواستم مثالی برایم بزند و گفت: «یک‌ماه قبل در یک کلاس هنر ثبت‌نام کردم که برای بزرگسالان برگزار می‌شد و همیشه دلم می‌خواست در آن شرکت کنم. تری، معلم کلاس، استعداد مرا در نقاشی آبرنگ بسیار تشویق می‌کرد و به‌همین دلیل علی‌رغم بیست و پنج سال تفاوت سنی مان، بین ما دوستی نزدیکی برقرار شد. تری به من گفت که قصد دارد نمایشگاه نقاشی برگزار کند و وقتی گفت می‌خواهد دوتا از کارهای نقاشی مرا در آن نمایشگاه به نمایش بگذارد، ناگهان اشک‌هایم جاری شد و وقتی علت را پرسید، برایش گفتم که همان روز صبح با مادرم دعوای بدی پای تلفن داشتم و شاید نتوانم او را برای نمایشگاه دعوت کنم. اما او گفت که اتفاقاً دلش می‌خواهد مادرم را که طراح داخلی است، ملاقات کند - مادر من در

● شما را وادار خواهند کرد که با مادران از در صلح و آشتی درآیید و دوباره با خرده‌گیری و سلطه‌جویی و به بازی گرفتن‌های او کنار بیایید. و اگر بر نارضایتی‌تان اصرار ورزید، از شما به عنوان فرزندى نمک‌شناس و طلبکار یاد خواهند کرد، گویی علی‌رغم همه‌ی بدرفتاری‌ها و بی‌توجهی‌هایش، همیشه به او بدهکارید.

● اگر از اقوام یا دوستانتان در این زمینه‌ی راهنمایی و کمک بخواهید، غالباً شما را سرزنش خواهند کرد که: «ای وای! چطور می‌توانی درباره‌ی مادرت این‌طور صحبت کنی؟»

● اگر هم آن قدر بدشانس باشید که سروکارتان به یک روان‌شناس کم‌سواد و کم‌تجربه بیفتد، احتمالاً بیشتر به شما نصیحت خواهد کرد که «ببخش و فراموش کن»، و از شما خواهد خواست با وجود همه‌ی آسیب‌هایی که از مادران می‌خورید، با او از در صلح و صفا درآیید.

● اگر حتی سراغ کشیش، فردی معنوی یا به‌قولی یک ریش‌سفید بروید و با او مشورت کنید، شما را ترغیب خواهد کرد که: «قدر مادرت را بدان»، «تا زمانی که مادرت را نبخشی نمی‌توانی به آرامش برسی»، «خانواده همه چیز آدم است».

● اگر با همسران در این زمینه‌ی صحبت کنید، خواهید شنید: «اشکالی ندارد. مادرت این‌جوری است دیگر. باید همین‌طوری قبولش کنی و اجازه ندهی که این موضوع اذیتت کند.»

و پس از همه‌ی این تلاش‌ها، سرخانه‌ی اولتان بازمی‌گردید، یعنی سردرگمی و تشویش و تنهایی و حتی احساس شرمندگی از اینکه چرا حتی تلاش کرده‌اید مادران را زیر سؤال ببرید. و شاید در این نقطه به این فکر بیفتید که اصلاً آیا شما حق دارید در مورد مادران این‌گونه بیندیشید و آیا واقعاً باید از رفتارها و عملکرد او ناراحت باشید؟