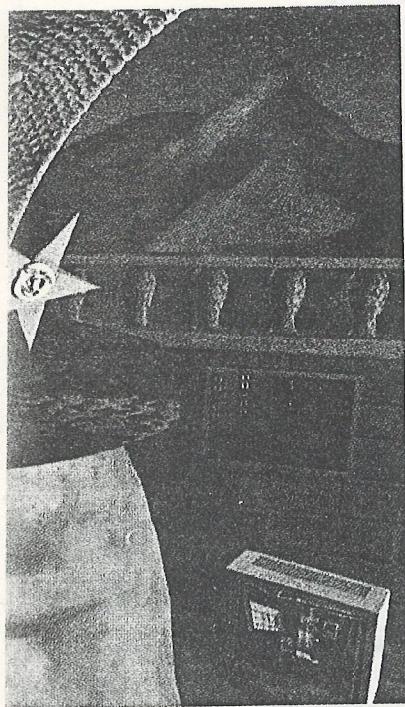


از



# چه کسی هستم؟

ذهراً گیتی پست  
کارشناس مشاوره

من چه کسی هستم؟ این یکی از سوالاتی است که انسان‌ها همواره از خود پرسیده‌اند و بسیاری از نظریات در طول تاریخ در اثر تلاش برای پاسخ‌دهی به این پرسش به وجود آمده‌اند. سامرست موام، تویستنده انگلیسی می‌گوید: «لحظه‌هایی هست که من به جنده‌های مختلف روح خودم با شکفتی نگاه می‌کنم، من بینم که گویی از چند آدم ساخته شده‌ام و آنکه در حال حاضر رفتار و عمل می‌کنم، بد از مدتی بالآخره جای خود را به دیگری می‌دهد. اما کدام یک از اینها من واقعی است؟»

به نظر می‌رسد که یکی از عوامل مؤثر در تأثیان انسان‌ها از شناخت درون خود، این است که روانشناسان در تبیین وقتارهای احساسات، تکرش‌ها و ویژگی‌های انسان‌ها از واژه‌های مبهم استفاده کرده‌اند.

دکتر اریک بن به این سوال تاریخی بد نحو مقاوی پاسخ داده است: اما به زبان و واژه‌هایی که هر کسی توانایی درک آن را دارد، وی عقیده دارد که در هر کدام از ما انسان‌ها، سه حالت یا جنبه وجود دارد: والد، بالغ، کوکد. «والد» مجموعه عظیم رویدادهای گذشته که بدون هیچگونه سوالی، تقریباً در ییچ سال، اول، زندگی فرد در منزل وی ضبط گردیده است، این اطلاعات شامل مشاهدات انسان کوچک از والدین خود، یا جاشنیان آنها می‌باشد. کوکد در این نین نیاز حیاتی به والدین دارد و از سوی دیگر از نظر فهم و درک معانی، توانایی محدودی دارد؛ بنابراین تمام آنها را در هنن خود ضبط می‌کند و هیچ کس نمی‌تواند آنها را از ذهن او پاک کند.

در والد هر فرد، تمامی پندتها، اختلالها، قوانین و مقرراتی که از والدین خود دیده یا شنیده وجود دارد. هزاران هزار «نه!» هزاران هزار «تکن!» که به بچه گفته‌اند؛ والبته محبت‌هایی که از والدین خود دریافت کرده است: نوازش‌ها، محبت‌ها و... البته باید توجه داشت که این جنبه در شخصیت انسان، عاملی حیاتی است و در طول عمر فرد، محافظت کننده وی از خطراتی است که می‌توانند بینجر به مرگ وی شود.

«کوکد» جنبه‌ای از انسان است که در آن احساس، پاسخ و واکنش‌های انسان کوچک نسبت به رویدادهای گذشته موجود می‌باشد، زیرا انسان کوچک از نظر بیان توانایی زیادی ندارد. بچه‌ها تعاملی زیادی به حرکت، اکتشاف، فهمیدن، شکستن، صدا کردن و... دارند؛ اما از سوی دیگر والدین دائم‌آز آنها مم، خواهند که این لذت‌ها



از