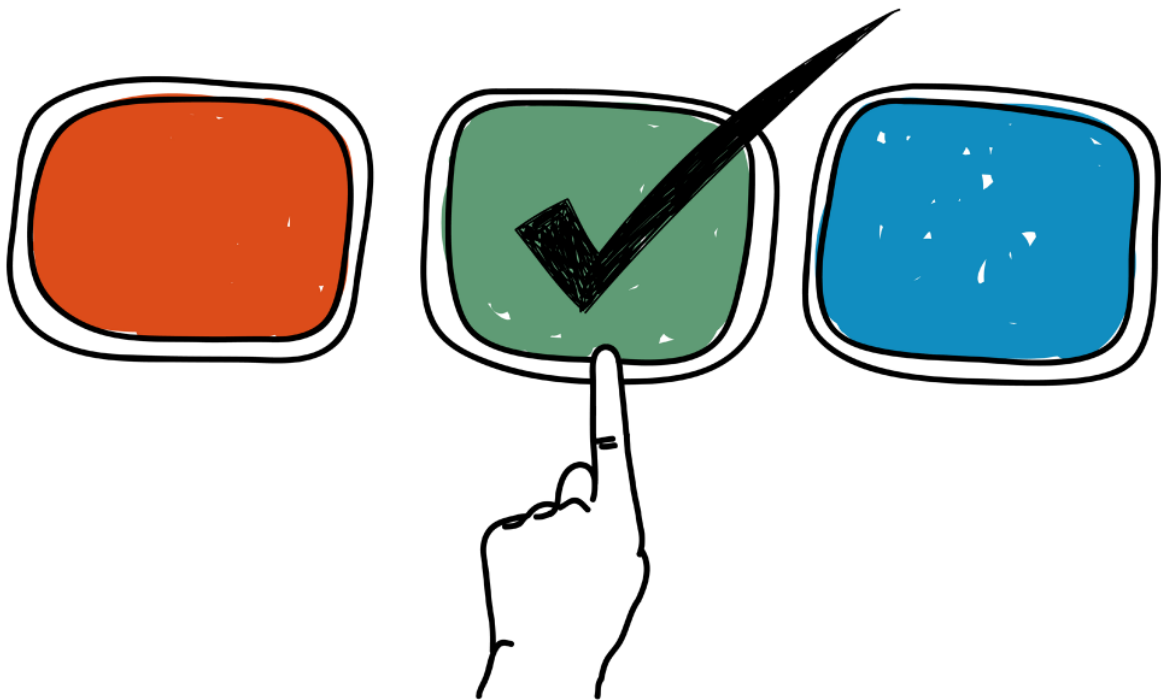


۵

گزیده‌ی شماره‌های ۱ تا ۴ روان‌یار



 روان‌یار
RAVANYAR
PSYCHOLOGY QUARTERLY
فصلنامه‌ی روان‌شناسی
سال اول، شماره‌ی چهارم، تابستان ۱۴۰۱



Concessionaire

Psychology Students' Association of
University of Isfahan

Licensing University

University of Isfahan

Editor-in-chief

Ayda Kalantari

Managing Council

Reza Hakimazar, Ali Dastourani,
Atusa Gheissari, Nastaran Rajaei,
Sara Fatahi, Negar Malekian, Ehsan Salehi,
Amirhossein Ghanbari & Ayda Kalantari

Layout Designer

Reza Hakimazar & Atusa Gheissari

License Number

ج/8891/1400

صاحب امتیاز

انجمن علمی روان‌شناسی دانشگاه اصفهان

دانشگاه صادرکننده‌ی مجوز

دانشگاه اصفهان

مدیر مسئول

آیدا کلانتری

شورای سردبیری

رضا حکیم‌آذر، علی دستورانی، نسترن رجایی،
سارا فتاحی، نگار ملکیان، احسان صالحی،
امیرحسین قنبری، اتوسا قیصری، آیدا کلانتری

صفحه‌آرا

رضا حکیم‌آذر و اتوسا قیصری

شماره‌ی مجوز

ج/8891/1400

روان‌شناسی جنایی / سارا فتاحی / ۵

راسکولنیکاف زیر تیغ کرنبرگ / احسان صالحی / ۱۱

قتل و دستور تهیه‌ی قاتل / نسترن نیرومند / ۱۹

هیبریستوفیلیا / آتوسا قیصری / ۲۵

تخت خوابت را مرتب کن! / سارا فتاحی / ۲۸

مثبت‌نگری سمی / نسترن نیرومند / ۳۶

سنگ محک / نسترن رجایی / ۲۷

طبل تو خالی / آیدا کلانتری / ۴۸

درمان زردی / احسان صالحی / ۵۴

امیدی که توزرد از آب درآمد...!! / علی دستورانی و نفیسه ساده / ۶۲

استیگما / آتوسا قیصری / ۶۹

فمینیسم چیست؟ / فریناز ارشی / ۷۳

دستکاری ذهن / نسترن نیرومند / ۷۹

مغز تبعیض‌آمیز / سارا فتاحی و امیرحسین قنبری / ۸۳

پس لرزه‌های تروما / ریحانه باقریان / ۸۶

انکار تروما و حافظه / نگار ملکیان / ۹۰

تروما و روان‌کاوی / احسان صالحی در گفتگو با دکتر مهدی‌رضا سرافراز / ۹۴

سخن سردبیر

یک نوزاد، در وهله‌ی نخست، پیش از آن که یک سریاز کوچک برای فتح آینده باشد، چیزی جز یک «بازمانده» نیست که در نبرد مرگ و زندگی پیروز شده است. پس از این پیروزی، با هر دم و بازدم «بازمانده بودن» خود را تصدیق کرده‌ایم، اما نجات یافتن از مرگ همه چیز نبوده و نیست؛ گاهی آن چیزی که ما را نمی‌کشد، زخمی به جای می‌گذارد که شاید غلبه بر آن، به معنای سالها مبارزه‌ی خاموش یک انسان باشد.

تاریخ تا به امروز، میدان تاس انداختن‌های مرگبار سیاستمداران و قدرت‌طلبان و گاه بی‌رحمی سرد و بی‌اعتنای طبیعت بوده است و اگر بتوانیم در این تاریک‌خانه، روزنه‌ای از نور و امید ببابیم، آن چیزی جز این حقیقت شگفت‌انگیز نیست که انسان در عین آسیب‌پذیر بودن، مقاوم و سرسخت است، دوام می‌آورد و زندگی می‌بخشد. پاوره می‌گوید «بزرگترین توهین به یک انسان انکار رنج اوست» و حال، ما این شماره از روان‌یار را در تصدیق و همدردی با سوگ‌ها، شکست‌ها و زخم‌ها نوشتیم، چه زخم‌های آشکار و همگانی‌مان و چه آنهایی که هر کدام از ما در بطن قلبهایمان نگه می‌داریم. چه بسا پس از یک طوفان، در کنار درختانی که می‌شکنند و می‌افتند، جوانه‌هایی برویند که نوید از آینده‌ای روشن‌تر می‌دهند.

ما را در شبکه‌های اجتماعی دنبال کنید.

اینستاگرام: **ravanyarpod**

کانال تلگرام: **ravanyarmagazine**

در صورت علاقه‌مندی به همکاری با نشریه‌ی روان‌یار از راه‌های ارتباطی استفاده نمایید.

پشتیبانی تلگرام: **ravanyarmag** ایمیل: **ravanyarmag@gmail.com**

شما خواننده‌ی گرامی، با انتقاد از و پیشنهاد به نشریه، ما را در ادامه‌ی راه خود یاری کنید.

روان شناسی جنایی

چگونه روان شناسی به کمک قانون می آید؟

با وجود این که روان شناسی جنایی یکی از شاخه های روان شناسی است اما می توان آن را یک رشته میان رشته ای تلقی کرد. با این حال از دو جنبه قابل بررسی است؛ یکی از حیث گستره ارتباط آن با سایر علوم همچون زیست شناسی، جرم شناسی، جامعه شناسی، روان پزشکی و آسیب شناسی روانی و اجتماعی و دیگری از لحاظ کاربرد که در دادگاه ها، سازمان زندان ها، پلیس جنایی و پزشکی قانونی به کار می رود. انریکو فری (۱۹۲۹-۱۸۵۶) جرم شناس ایتالیایی به چند رشته جدید اشاره می کند که تاحدودی متمایز از روان شناسی جنایی هستند ولی به دلیل هم سوئی با یکدیگر زیر یک چتر قرار می گیرند، که عبارتند از روان شناسی قضایی (دادگاهی)، روان شناسی زندان بانی و روان شناسی قانونی. گرچه این چهار مفهوم تقریباً مترادف هم هستند، لیکن - علاوه بر هدف مشترکی هم که دارند - هر کدام زمینه تخصصی ویژه ای را دنبال می کنند؛ روان شناسی قضایی محدوده وسیع تر و وظایف بیشتری نسبت به بقیه دارد؛ شاکی، متهم، قاضی، وکیل مدافع، شاهدان عینی، هیئت منصفه، حضار و پیش از همه این ها بازجویی و بازپرسی از متهم را نیز در دستور کار خود دارد؛

سارا فتاحی روان شناسی جنایی شاخه ای از علم روان شناسی است که بیشتر با مجرمان و تهیه کاران سروکار دارد و به بررسی عوامل موثر در شکل گیری شخصیت این افراد و دلایل و انگیزه های آن ها می پردازد. به عبارت دیگر روان شناسی جنایی به مطالعه علمی رفتارهای جنایی و فرایندهای ذهنی ای که در ارتکاب جرم موثر هستند توجه می کند. روان شناسان جنایی به دنبال درک انگیزه مجرمان و ایجاد یک پروفایل (نمایه) روان شناختی برای درک یا دستگیری آن ها هستند. آن ها رفتارهای مجرمانه را بررسی می کنند و هر گونه شرایط بهداشت روانی را تشخیص می دهند و در کل به طور خلاصه آنها رفتار و افکار مجرمان را مطالعه می کنند (از جمله چیزی که موجب می شود فرد دست به رفتار مجرمانه بزند و همچنین واکنش فرد بعد از ارتکاب به جرم و رفتار وی در دادگاه در صورت دستگیری).
روان شناسی جنایی ۴ هدف عمده را پیگیری است:

۱. چگونگی شکل گیری شخصیت جنایت کاران.
۲. پیدا کردن ریشه و علل بروز جرم.
۳. پیشگیری از رخ دادن جرم.
۴. اصلاح و بازسازی افراد مجرم



به طوری که می‌توان گفت سه شاخه دیگر زیر مجموعه روان‌شناسی قضایی هستند. روان‌شناسی جنایی بیشترین تمرکز و مطالعه خود را روی انگیزه ارتکاب جرم صرف می‌کند، روان‌شناسی زندانبانی به دلیل محکومیت مجرم از او سلب آزادی می‌کند تا با نگهداری او در کانون اصلاح و تربیت فرصت ویژه‌ای برای اصلاح و بازسازی در اختیار او قرار گیرد و روان‌شناسی قانونی، صادرکننده حکم نهایی با در نظر گرفتن عوامل روان‌شناختی جرم و موقعیت فرد مجرم است. استفاده از شیوه‌های روان‌شناسی به وسیله پلیس و مراجع قضایی برای شناسایی مجرم و علل روانی جرم و جنایت از اوایل سال ۱۹۰۰ صورت گرفت. اما در سال ۱۹۶۰ به طور رسمی شاخه‌ای از روان‌شناسی به وجود آمد که روان‌شناسی جنایی نام گرفت. پیشگامان اصلی روان‌شناسی جنایی که برای اولین بار به طرح چنین عنوانی اقدام کردند هانس گروس و کلاپارد بودند که ابتدا با عنوان روان‌شناسی قضایی از آن یاد کردند، اما به تدریج اصطلاح روان‌شناسی جنایی توسط هانس گروس رایج شد.

روان‌شناسان با گرایش‌های مختلف که در حیطه مسائل قضایی و جرم و جنایت فعالیت می‌کنند روان‌شناس جنایی نامیده می‌شوند. کار روان‌شناس بالینی تشخیصی و درمان مجرم است، روان‌شناس شخصیت به نقش اختلالات و تیپ شخصیتی در ارتکاب جرم اشاره دارد. روان‌شناس تربیتی در پی اصلاح و بازسازی مجرم است و روان‌شناس اجتماعی تلاش می‌کند تا مجرم اصلاح‌شده را با جامعه آشتی داده و نحوه سازگاری با جامعه را به او آموزش دهد.

قاتل سریالی

طبق تعریف لغت‌نامه انجمن روان‌شناسی آمریکا، قاتل سریالی کسی است که به طور مکرر مرتکب قتل می‌شود و معمولاً در انتخاب قربانیان، مکان و روش خود، الگوی مشخصی دارد. طبق تعریفی جامع‌تر، قاتل سریالی یا قاتل زنجیره‌ای به کسی گفته می‌شود که در مدتی بیش از یک ماه، سه نفر یا بیشتر را به قتل رسانده باشد و بین قتل‌ها، زمان خاموشی یا خنک‌سازی (آب‌ها از آسیاب بیفتد) داشته باشد. برای یک قاتل زنجیره‌ای، قتل‌ها باید وقایع جداگانه‌ای باشند که غالباً توسط یک هیجان یا لذت روانی هدایت می‌شوند. قاتلان زنجیره‌ای اغلب فاقد همدلی و احساس گناه هستند و غالباً به خودمدار و خودمحور تبدیل می‌شوند. این ویژگی‌ها برخی از قاتلان زنجیره‌ای را به عنوان سایکوپث طبقه‌بندی می‌کند. قاتلان زنجیره‌ای معمولاً از نقاب عقل استفاده می‌کنند تا گرایش‌های واقعی روان‌پریشی خود را پنهان کنند و به صورت نرمال و حتی جذاب به نظر برسند. برجسته‌ترین نمونه از یک قاتل سریالی جذاب، تد باندی است که یک جراح را جعل می‌کند تا برای قربانیان خود بی‌ضرر به نظر برسد. تد باندی به عنوان یک قاتل سریالی سازمان‌یافته طبقه‌بندی می‌شود. او به طور اسلوب‌دار قتل خود را برنامه‌ریزی می‌کرد و عموماً چند هفته قبل از ارتکاب به جرم، قربانی خود را تعقیب می‌کرد.

از منظر فرهنگ عمومی حاکم بر جامعه، تصور قاتل زنجیره‌ای به مثابه هیولایی خطرناک ترسیم می‌شود که کمترین وجوه تشابه را با انسان‌های عادی دارد. بازتاب چنین تصویری را می‌توان در نوشته‌های

حقوقی و روان‌شناختی از منظر عناوینی که بر این طیف از قاتلین اطلاق می‌شود مشاهده کرد. الصاق برچسب‌هایی از قبیل هیولای خطرناک یا تبهکاران شیطان صفت یا دیوسرشت به قاتلین زنجیره‌ای نمودی از تصور عمومی نسبت به آنان است. از سویی رسانه‌های جمعی نیز در پررنگ‌تر کردن چنین تصویری از قاتلین زنجیره‌ای، نقش حائز اهمیتی را ایفا می‌کنند. رویکرد سنتی در روان‌شناسی جنایی، قاتلین زنجیره‌ای را به مثابه افرادی که از اختلال شخصیتی رنج می‌برند و تحت عنوان افراد جامعه‌ستیز، سایکوپث و روان‌پریشی که مستعد رفتارهای تکانشی و پرخاشگرانه هستند، توصیف می‌کند. روان‌شناسان جنایی نیز برداشتی مشابه را از طریق بررسی تمایزات روان‌شناختی قاتلین زنجیره‌ای ایجاد کرده و بر مؤلفه‌های شخصیتی آنان از قبیل عدم احساس درد و رنجی که بر قربانی خود وارد می‌کنند، وانمود کردن خود به عنوان افرادی معمولی و موجه در نظر دیگران و عدم احساس ندامت از جرائم ارتکابی تاکید دارند.

استدلال اساسی ما این است که سازوکار بقای انسان ذاتاً این است که قابلیت کشتن به طور مکرر را دارد. قاتلین افراد نابهنجاری هستند که غرایز ابتدایی‌شان توسط بخش‌های هوشمندتر مغز متعادل نشده است. شاید این نیست که قاتلین سریالی ساخته می‌شوند بلکه اکثریت ما با والدین خوب و معاشرت اجتماعی مناسب پرورش نیافته‌ایم. آنچه باقی ماند، موجودات کاملاً اجتماعی نشد با قابلیت حمله و قتل است که گاهی این قابلیت به تکانه جنسی - پرخاشگری در بلوف، می‌پیوندد. اکثر قاتلین سریالی نوعی بازمانده از ترومای اولیه کودکی هستند؛ مانند سوءاستفاده فیزیکی یا جنسی، اختلال در عملکرد خانواده، والدین غافل یا به دور از عاطفه. تروما تنها موضوع تکراری در زندگی نامه اکثر قاتلان است.

بیشتر زندگی‌نامه قاتلان، خودگزارشی است، بنابراین شما به آنچه که به شما می‌گویند اعتماد می‌کنید؛ نمونه‌هایی وجود دارد که نشان می‌دهد مواردی از بین قاتلان سریالی هست که کودکی خوبی را پشت سر گذاشته‌اند. تد باندی نمونه کلاسیک آن است، هیچ کس در دوران کودکی‌اش به معنای دراماتیک و سنتی مدرکی در مورد تروما پیدا نکرده است. با این حال او بزرگ شد و باور داشت که مادرش، خواهرش است.

اگر قاتلان محصول ترومای کودکی یا مغز رشد نیافته هستند، آیا هنوز مسئول اعمال خود به حساب می‌آیند؟ این موضوع درست است که تقریباً همه قاتلان سریالی از ترومای کودکی رنج می‌برند ولی یک مشکلی وجود دارد: اگر ۱۰۰ کودک در محیط نامناسب خانواده رشد کنند و یکی از آنها به قاتل زنجیره‌ای تبدیل شود، چه بر سر ۹۹تای باقی مانده می‌آید؟ آنها رشد می‌کنند تا «خوب» باشند، شاید یک شهروند معتدل و سازگار نباشند ولی قطعاً قاتل سریالی نیستند. احساس ما این است که در اینجا مسئولیت بر عهده فرد مجرم است! قاتلان زنجیره‌ای انتخاب می‌کنند که طبق اجبارهای خود عمل کنند

در جریان اولین موج بزرگ قاتلان سریالی در دهه ۱۹۶۰ و ۱۹۷۰، برخی از وکلای مدافع سعی کردند در دادگاه استدلال کنند که قاتلان

سریالی به دلیل برخوردار نبودن از عقل سلیم (جنون) مجرم نیستند زیرا اجبار غیر قابل مقاومت برای کشتن، نوعی جنون موقت به حساب می‌آید. تعریف حقوقی جنون، ناتوانی در تشخیص درست و غلط و درک پیامدها و عواقب یک فعالیت است. اما قاتلان زنجیره‌ای از کارهایی که انجام می‌دهند بسیار آگاه هستند به همین دلیل است که خود را مبدل، شواهد را پنهان و صحنه جرم را ترک می‌نمایند. بعضی ادعا می‌کنند که قاتلان سریالی از روان‌پریشی رنج می‌برند، از آن‌جا که آن‌ها سایکوپث هستند، هیچ حس پشیمانی یا همدلی ندارند و فرایند تصمیم‌گیری آن‌ها ناقص است. با این حال، جالب توجه است که طبق تست Hare - یک تشخیص روان‌پزشکی - همه قاتلان سریالی سایکوپث نیستند یا حداقل این چنین آزمایش نشده‌اند. سایکوپث کیست؟ ویژگی شماره یک سایکوپث عدم همدلی است. ویژگی‌های دیگر تمایل به دروغ، نیاز به هیجان (زیرا سایکوپث‌ها خیلی زود کسل می‌شوند) و خودمحوری است، ولی عدم همدلی مهم‌ترین مورد است. یک توجیه متداول این است که سایکوپث‌ها در اوایل کودکی نوعی تروما را تجربه می‌کنند (شاید در اوایل دوران نوزادی) و در نتیجه پاسخ عاطفی آن‌ها سرکوب می‌شود. آن‌ها هیچ‌گاه پاسخ‌های مناسب در برابر تروما را نمی‌آموزند و هیچ‌گاه احساسات و عواطف دیگری در آن‌ها رشد نمی‌یابد و به همین دلیل است که همدردی با دیگران را دشوار می‌دانند. آن‌ها بدون دانستن چگونگی احساس کردن، بزرگ می‌شوند و در مقابل می‌آموزند که احساسات یا ظواهر مناسب احساسات را آشکار کنند؛ و در حقیقت با «ماسکی» که باید استفاده کنند، آشنا هستند. به همین دلیل است که قاتلان زنجیره‌ای افرادی هستند که می‌توانند خانواده تشکیل دهند و همان چیزی باشند که اکثر مردم، همسر و والدینشان به عنوان افراد خوب قبول دارند و در همان زمان زندگی ثانویه‌ای دارند که در آن بیرون می‌روند و غریبه‌ها را می‌کشند.

ادکمپر

Ed Kemper: The Coed Killer

در دهه ۱۹۷۰ مردی به بلندی ۲ متر و ۶ سانتی متر به نام ادموند کمپر که غالباً به gentle giant شناخته می‌شده، بود که هیچکس در زندگی‌اش تصور نمی‌کرد که او قاتل ۶ دختر جوان باشد که در جاده با بلند کردن دست خود برای مسافرت مجانی به مقصد سانتاکروز کالیفرنیا سوار ماشین

می‌شدند (هیچ‌هایک) تا اینکه خشم خود را بر سر مادرش خالی کرد.

در زندگی کمپر کاراکتری با خلقیات نامناسب نبود و خود او هم هیچ نشانه‌ای نداشت که نشان بدهد یک جای کار

می‌لنگد؛ در واقع او IQ بالایی داشت و از آدم‌هایی بود که می‌خواستید با او یک گفت‌وگوی جذاب به صرف یک فتنجان چای داشته باشید! او همچنین بسیار دوست‌داشتنی بود به طوری که هیچ‌کس گمان نمی‌کرد او توانایی کشتن در مجموع ۱۰ نفر را داشته و به جنازه آن‌ها بی‌حرمی کند. او تله‌های خود را به گونه‌ای می‌چید که هیچ‌گاه دستگیر نشود تا این که خودش تلفن را برداشت و اعتراف کرد!

ادموند کمپر در سال ۱۹۴۸ در بوربانک کالیفرنیا به دنیا آمد. او پسری حساس و باهوش بود. همانند بسیاری از خانواده‌های آن زمان، خانواده اد، مرغ و جوجه پرورش می‌دادند و سبزیجات خود را در حیاط پشتی می‌کاشتند. او پدر خود را بسیار دوست داشت و عاشق این بود که وقتش را صرف بازی با مرغ‌ها و دیگر حیوانات اهلی بکند، گویی آن‌ها حیوانات خانگی‌اش هستند و حتی برای حیوانات اسم انتخاب کرده بود. مادرش او را بسیار سرزنش و تأذیب می‌کرد به طوری که او در کودکی بسیار مؤدب و خوش‌رفتار بود. او دو خواهر، یکی بزرگ‌تر و یکی کوچک‌تر (که توجه و محبت مادر بیش‌تر به سمت او معطوف بود) داشت. ادموند هنوز در مدرسه ابتدایی تحصیل می‌کرد که یک روز پدرش سر دو تا از جوجه‌ها را در مقابل چشمان او از تن جدا کرد و البته مادرش آن‌ها را برای شام شب پخت. وقتی او از خوردن «حیوانات خانگی‌اش» خودداری کرد والدینش سر او داد کشیدند و مجبورش کردند جوجه‌ها را با چشمانی گریان بخورد. آن شب او دو چرخه‌اش را برداشت و تا جایی که می‌توانست پا زد اما به این نتیجه رسید که راه فراری ندارد.

پدرش او را مجبور کرد که بر حساسیت تماشای کشته شدن حیوانات غلبه کند؛ به مرور زمان او نسبت به بریدن سر حیوانات و تماشای خون، بی‌حس (کرخت!) شد و یاد گرفت که بپذیرد «این بخشی از زندگی‌ست». بعدها که او یک گربه را کشت متوجه نمی‌شد چرا افراد بالغ زندگی‌اش به او می‌گفتند کشتن حیوانات مزرعه قابل پذیرش است ولی کشتن گربه و سگ نه!

والدین او زمانی که او تنها ۹ سال داشت از یک‌دیگر جدا شدند و او با مادرش زندگی کرد که به طور طاققت‌فرسا تمام کینه و نفرت نسبت به پدرش را به او منتقل کرد. او می‌گفت که همه مردها بی‌ارزش هستند و با او خیلی بدتر از خواهرانش رفتار می‌کرد صرفاً به خاطر این که او پسر بود! بچه‌ها که توسط مادر تنها (single mother)

بزرگ می‌شدند، اسباب‌بازی‌های زیادی نداشتند پس به سراغ قوه تخیل خود می‌رفتند. او کتاب‌های زیادی از کتابخانه مطالعه می‌کرد، از جمله شامل داستان‌های مخوف تاریخی درباره وایکینگ و کشتار همگانی. او به خواهرانش پیشنهاد بازی «تالار گاز» را داد. در این بازی آن‌ها خود را به صندلی می‌بستند برای این که ببینند چه کسی زودتر خود را از طناب آزاد می‌کند و در حین آن تظاهر می‌کردند که در یک اتاق پر از گازهای سمی گیر افتاده‌اند! اتاق مادر و خواهرانش طبقه بالا بود و او تنها یک بار طبقه بالا خوابید

بزرگ می‌شدند، اسباب‌بازی‌های زیادی نداشتند پس به سراغ قوه تخیل خود می‌رفتند. او کتاب‌های زیادی از کتابخانه مطالعه می‌کرد، از جمله شامل داستان‌های مخوف تاریخی درباره وایکینگ و کشتار همگانی. او به خواهرانش پیشنهاد بازی «تالار گاز» را داد. در این بازی آن‌ها خود را به صندلی می‌بستند برای این که ببینند چه کسی زودتر خود را از طناب آزاد می‌کند و در حین آن تظاهر می‌کردند که در یک اتاق پر از گازهای سمی گیر افتاده‌اند! اتاق مادر و خواهرانش طبقه بالا بود و او تنها یک بار طبقه بالا خوابید

با توجه به گفته‌های اد، این گونه برداشت می‌کرد که پشت اعمال مادرش چیز دیگری نهفته است، او می‌گفت: چرا من باید به زیرزمین بروم؟ من به جهنم می‌روم و آن‌ها به بهشت!

ولی مادرش تصمیم گرفت اتاق او را به پایین، زیرزمین، منتقل کند زیرا متقاعد شده بود که اد به خواهرانش آسیب می‌رساند. به جای تخت او مجبور بود روی یک کت با کیسه خواب، با یک چراغ آویزان از سقف بخوابد. زیرزمین، نمزده، سرد و ترسناک بود و موش‌ها همراه شبانه او بودند.



اد کمپر ۲ متر و ۶ سانتی متر قد داشت!

قربانیان

اد نسبت به سن خود بسیار قد بلند بود، به همین دلیل همه سن او را کمی بیش تر می‌انگاشتند. او راندگی را در سن ۱۰ سالگی شروع کرد؛ البته این کار غیرقانونی بود ولی مادرش احتمالاً به او اجازه داده بود تا از ماشین خانواده استفاده کند. یک روز که او به سمت کارناوالی راندگی کرد، جمعی از مردم را دید که می‌توانستند سر خود را به طرف گیوتین ببرند و تظاهر کنند که سرشان جدا شده است. این یک تناقض عجیب بود؛ دین مردم در حال خندیدن و جیغ زدن در مقابل چهره مرگ تنها برای هیجان آن کار. با اینکه همه این کارها تظاهر بود، اد به هیجان آمد و خود را در آرزوی واقعی بودن این کار دید. در این زمان بود که هذیان‌های او بدتر و تشخیص واقعیت و خیال برایش مشکل شد.

در سن ۱۳ سالگی که زندگی‌اش در خانه با مادرش طاقت‌فرسا شد، از خانه فرار کرد و پیش پدرش در لس‌آنجلس رفت تا با او و نامادری‌اش زندگی کند. ولی پیوستگی آن‌ها چند ماه بیش تر طول نکشید چون او برای زندگی به نزد پدر و مادر بزرگش در یک مزرعه ۷ هکتاری فرستاده شد. پدر و مادر بزرگش در منطقه‌ای دور، روی کوه، احاطه شده با زمین مزرعه بزرگشان زندگی می‌کردند و اد کاملاً از دنیای بیرون جدا شد. مادر بزرگش به اندازه مادرش مستبد و بدرفتار و پدر بزرگش به زوال عقل مبتلا بود. از آنجا که آن‌ها در مزرعه زندگی می‌کردند، پدر و مادر بزرگش به او اجازه می‌دادند تا از تفنگ (رایفل) برای شکار خرگوش، سنجاب و راکون استفاده کند اما مادر بزرگش هر گاه از خانه خارج می‌شد تفنگ را با خود می‌برد. بعد از یک سال و نیم همه چیز خوب پیش می‌رفت تا اینکه اد تصمیم گرفت برگردد و مادرش را بعد از تقریباً دو سال ببیند. مادرش دقیق می‌دانست چه کاری باید انجام دهد تا اد احساس بی‌ارزشی کند. بودن در کنار مادرش باعث برگشتن هذیان‌ها شد و هر پیشرفتی که در سلامت روان خود کسب کرد، از دست رفت. به محض برگشتن به مزرعه نزد پدر و مادر بزرگش، به حالت روانی هذیان بازگشت؛ او تظاهر کرد از خانه خارج شده و سپس با ضرب گلوله‌ای با تفنگش به پشت سر مادر بزرگش او را به قتل رساند و پدر بزرگش را به همین روش کشت؛ اد گفت که نمی‌خواست او باقی عمرش را با درد دانستن قتل همسرش زندگی کند. در آن جای دوردست او می‌توانست صحنه را ترک کند به طوری که هیچکس درباره مرگ آن‌ها برای مدت طولانی چیزی نفهمد ولی اولین کاری که انجام داد تلفن به مادرش بود که مادرش به او گفت کلاتر را خبر و اعتراف کند. وقتی دستگیر شد و پلیس از او توضیح خواست او پاسخ داد: «می‌خواستم ببینم کشتن مادر بزرگ چه طوری می‌تواند باشد.»

زمانی که او اولین قتل خود را انجام داد تنها ۱۵ سال داشت و هنوز نابالغ به حساب می‌آمد به همین دلیل بدون گذراندن زندان به بیمارستان روانی رفت. دکترها تست‌های فراوانی روی او انجام دادند و متوجه شدند او از IQ بالایی برخوردار است و تشخیص اختلال پارانوئید اسکیزوفرنی برای او دادند. اد کمپر در واقع زندگی در بیمارستان را دوست داشت زیرا سرانجام کمکی را که می‌خواست دریافت کرده بود و زندگی‌اش ساختار و ثبات یافته بود. ذهنش به سمت بهبودی حرکت می‌کرد و با دنیای واقعی در تماس بود، او می‌توانست آرامش خود را حفظ کند و به دکترها همان جوابی را که می‌خواهند بشنوند، بدهد. آن‌ها متقاعد شده بودند که او به طور کامل ریکواری شده و لذا بعد از چهار سال از بیمارستان مرخص شد. وقتی در بیمارستان بود، به دکترها تمام رفتارهای نامناسب مادر در بچگی را شرح داد و از آن‌ها خواهش کرد که او را نزد مادرش نفرستند، دکترها به او اطمینان دادند این اتفاق نمی‌افتد و پذیرفتند که زندگی با مادرش تنها سلامت روان او را به خطر می‌اندازد ولی قاضی، سرانجام حرف آخر را زد و اد به زندان مادرش بازگشت. حالا اد یک فرد بالغ با قد ۲ متر و ۶ سانت است که برای وارد شدن با اتاق باید خم شود. دوران کودکی اد با بزرگسالان پیرو سنت قدیم (محافظه کار) گذشت و تمام سال‌های جوانی‌اش در بیمارستان روانی سپری شد. اد احساس ناخوشایندی داشت و به سختی می‌توانست گفت‌وگو با جنس مخالف را حفظ کند.

مادر او را با باور به این که مردها نفرت‌انگیز هستند بزرگ کرد. او در دانشگاه سانتاکروز با دانشجویان دختر کار می‌کرد. در اصل، مادرش یک فمینیست موج سوم بود که کاملاً مردان را تحقیر می‌کرد. وجود این باورها و رفتارها در کوچک‌ترین مسائل زندگی باعث شد که اد، تنفرش از مادرش را به همه زن‌ها منتقل (فراقینی) کند.



کمرن بریتون بازیگر نقش اد کمپر
در سریال Mindhunter



شروع شهوت خون

اد کمپر تصمیم گرفت که یک افسر پلیس شود زیرا ساختار و انضباط زیادی در این حرفه بود و می توانست شغل خوب و باثباتی باشد. به طور غریبی، سوابق نوجوانی نبود که مانع تبدیل او به افسر پلیس شد؛ سوابق او حذف شده بود، گویی او تا به حال کسی را نکشته است و در واقع قد بلندش مانع این کار شد زیرا یک محدودیتی برای قد یک افسر پلیس در نظر گرفته شده بود. با اینکه نمی توانست افسر باشد ولی تصمیم گرفت با این قشر در ارتباط باشد و شروع به وقت گذراندن با پلیس ها در یک بار به نام The Jury Room کرد.

او شغلی در بخش بزرگراه کالیفرنیا پیدا کرد و برای مدت کوتاهی آپارتمان و زندگی مستقل خود را داشت ولی وقتی در تنگنای مالی قرار گرفت دوباره مجبور شد با مادرش زندگی کند. آن ها غالباً بر سر موضوع های پیش پا افتاده با یکدیگر بحث می کردند و اوضاع همین طور بدتر می شد. او رانندگی می کرد و عادت به سوار کردن افرادی که دست خود را بلند می کردند تا مسافرت مجانی داشته باشند (هیچ هایک!)، داشت و آن ها را به مقصد می رساند. این کار در دهه ۱۹۶۰ و ۷۰ عادی بود و دانشجویان کالج انگشت شست خود را برای سواره ها تکان و مقصدشان را نشان می دادند.

او در ذهن خود خیال و تصور کشتن زنی جوان که سوار ماشین می شد را داشت. او سوار کردن افراد مختلف، مرد و زن را تمرین می کرد و آن ها را به مقصد می رساند. اد این کار را ۱۵۰ بار انجام داد تا خود را برای هر سناریویی آماده کند. در بار The Jury Room به حرف های افسران درباره پرونده های جدید و اشاره به فرار دختران جوان تنها برای این که مدتی بعد ظاهر شوند، گوش می داد. در ذهنش تصور سوار کردن دختری را داشت که بتواند به او تجاوز کند و به قتل برساند. بعد از همه گفت و گوهای تمرینی متوجه شد که چه کارهایی را به ترتیب انجام دهد تا مردم در ماشین احساس راحتی کنند.

خیالات او در ۷ می ۱۹۷۲ به وقوع پیوست. وقتی که دو دانشجوی دختر ۱۸ ساله را سوار کرد که قصد رفتن به دانشگاه استنفورد داشتند. اد آن ها را به زمینی دورافتاده در جنگل برد. یکی از دختران را در صندوق عقب زندانی کرد و دیگری را با ضرب چاقو و خفه کردن به قتل رساند قبل از اینکه دوستش را که در صندوق عقب بود، به همین روش بکشد. بعد از قتل به آن ها تجاوز کرد و جنازه ها را در صندوق عقب قرار داد. در راه خانه افسر پلیس به او فرمان «ایست» داد. اد توانایی حفظ آرامشش را داشت، انگار که هیچ اتفاقی نیفتاده است. افسر به او گفت که چراغ عقبی ماشینش خراب شده و اد به راهش ادامه داد. دانشگاه ها و اماکن محلی به دانشجویان هشدار دادند که سوار ماشین غریبه نشوند و اگر هیچ راهی نداشتند تنها سوار ماشین هایی شوند که برچسب کالج بر روی آن ها زده شده است. از قضا اد کمپر یکی از این برچسب ها را داشت زیرا مادرش در کالج کار می کرد.

در سال ۱۹۷۳ قربانی دیگری، دختری ۱۵ ساله به همین روش کشته شد. در سال ۱۹۷۳ او مرتکب قتل دیگری شد و بر خلاف دیگر قربانیان که به جنازه شان بی حرمتی می کرد، سر جدا شده این قربانی را در حیاط روبروی پنجره اتاق خواب مادرش دفن کرد. او زمانی که کسی را نمی کشت به طور عادی به افراد سواری می داد فقط برای اینکه بدانند درباره اتفاقات اخیر چه می گویند و وقت خود را در بار می گذرانند تا از پرونده های جدید با خبر شود. او همچنین برنامه های جنایی بسیاری تماشا می کرد تا راه های محتمل دستگیر شدن را بفهمد. برای مثال او علاقه داشت به مراسم دفن قربانی ها برود ولی وقتی فهمید کار آگاه ها همیشه به مراسم قربانیان می روند از این امر صرف نظر کرد یا این که با افراد زیاد در مورد این مسائل صحبت

نمی کرد تا طبیعی جلوه کند. چند ماه بعد در سال ۱۹۷۳ بعد از بحث و مجادله شدید با مادرش، از خانه خارج شد و ۲ دانشجوی دیگر را به قتل رساند. او نهایتاً فهمید که خشم او نسبت به مادرش دلیل اصلی قتل های مرتکب شده او است. اد می دانست اگر می خواهد این قتل ها خاتمه یابد، باید مادرش را بکشد ولی این نقشه متوقف شد زیرا سر و کله پلیس در محل اقامتش پیدا شد. چند روز قبل پلیس اطلاع پیدا کرد که اد کمپر اسلحه خریداری کرده است و صاحب مغزه نام و آدرس او را به پلیس داده بود. وقتی پلیس به محل اقامت او رفت، اد را از بار The Jury Room شناخت و به او اطمینان داد که آن کار صرفاً جهت رعایت تشریفات است. پلیس به او شک نکرد ولی او که پارانویید بود متقاعد شده بود که ذره بین بر روی اوست.

در کل هفته او نقشه قتل مادرش را در سر می پروراند؛ صبر کرد تا مادرش به مهمانی برود و طبق معمول همیشه مست به خانه برگردد. وقتی نیمه شب مادرش به خانه برگشت، با صدای ورود او از خواب بیدار شد. او سر مادرش را به چکش میخ کش کوبید، سرش را از تنش جدا کرد، به سر او تجاوز و تارهای صوتی او را پاره کرد و به سمت سطل زباله پرتاب نمود، سپس سر او را بالای طاقچه قرار داد و به سمت او دارت پرتاب کرد. وقتی خشمش فروکش کرد، فهمید که باید صحنه را به صورتی بچیند گویی کسی به زور وارد خانه شده است؛ در غیر این صورت پلیس به او مشکوک می شد، پس به دوست صمیمی مادرش زنگ زد و گفت برای هر دو آن ها شام درست کرده است. وقتی او رسید، اد او را خفه کرد و سپس جنازه ها را در کمد قرار داد و برای پلیس نامه ای گذاشت. بعد از کشتن مادرش عذاب او نیز خاتمه یافت. وسایلی را برداشت و تا نقطه ای دور رانندگی کرد. او توانایی شروع صحبت با زنان را بدون خیال کشتن آن ها داشت زیرا منشأ خشم او از بین رفته بود ولی فهمید دیگر نمی تواند با گناه زندگی کند و در واقع می خواست از پنهان شدن دست بردارد و تاوان جرائم را بپردازد. او نزدیک ترین باجه تلفن را پیدا کرد و اعتراف کرد که قاتل دانشجویان اوست و با شکیبایی صبر کرد تا پلیس ها از راه برسند، در راه برگشت همه جزئیات جرائم را برای پلیس شرح داد.

در حبس با درخواست اد برای برداشتن قسمتی از مغزش برای کنترل افکارش مخالفت شد و او هنوز در زندان است. بیش تر روان پزشکان که به نوارهای سخنان او گوش می دادند باور داشتند که مادرش احتمالاً مبتلا به اختلال شخصیت مرزی بوده و بدون همه این آزارها او به یک قاتل سریالی تبدیل نمی شد. دیگران می گفتند که او ضد اجتماعی به دنیا آمده است و قتل هیچ معنایی برای او ندارد و قبول داشتند که هر نشانه ای از احساس گناه یا پشیمانی فقط برای تظاهر است زیرا او در یادگیری هیجان های واقعی انسان خوب عمل می کند.

منابع

برجعی، ا. و عبدالمکی، س. (۱۳۹۲). **روان شناسی جنایی**. تهران: انتشارات دانشگاه پیام نور
سماواتی پیروز، ا. (۱۳۸۷). قاتلین سریالی از منظر روان شناسی-جنایی، **کارگاه**، ۲، (۴): ۴۶-۶۵

کانال یوتیوب Biographies

American Psychological Association (2021). APA dictionary of psychology. Available at: <https://dictionary.apa.org/serial-killer>

Crime Museum (2021). Serial killer vs. mass murderers. Available at: <https://www.crimemuseum.org/crime-library/serial-killers-vs-mass-murderer>

راسکولنیکوف زیر تیغ کِرَنبرگ

جستاری درباره‌ی برهم‌کنش سازمان‌های شخصیتی

و مکافات می‌کشد و کسی هم پیدا می‌شود که قتل می‌کند و به خودش بابت جنایتی که مرتکب شده افتخار می‌کند؟ آیا خاک این انسان‌ها از ازل متفاوت بوده است؟ آنچه آشکارا بر ما عیان می‌شود، این است که انسان‌ها با یکدیگر تفاوت‌های جدی دارند. حتی در ماجرای قتل بابک خرم‌دین، زمانی که روانپزشکان و حقوقدانان و پزشکی قانونی، رأی به سالم بودن پدر بابک خرم‌دین دادند، همه ما، حتی اگر دانش کافی نداشتیم، به این فکر فرو رفتیم که مگر می‌توان بدون هیچ‌گونه احساس گناهی قتل انجام داد و در طبقه انسان‌های سالم قرار گرفت؟! باری، اما یافتن منشأ و سرچشمه این تفاوت‌هاست که چنین مسئله‌ای را پیچیده و بغرنج می‌کند.

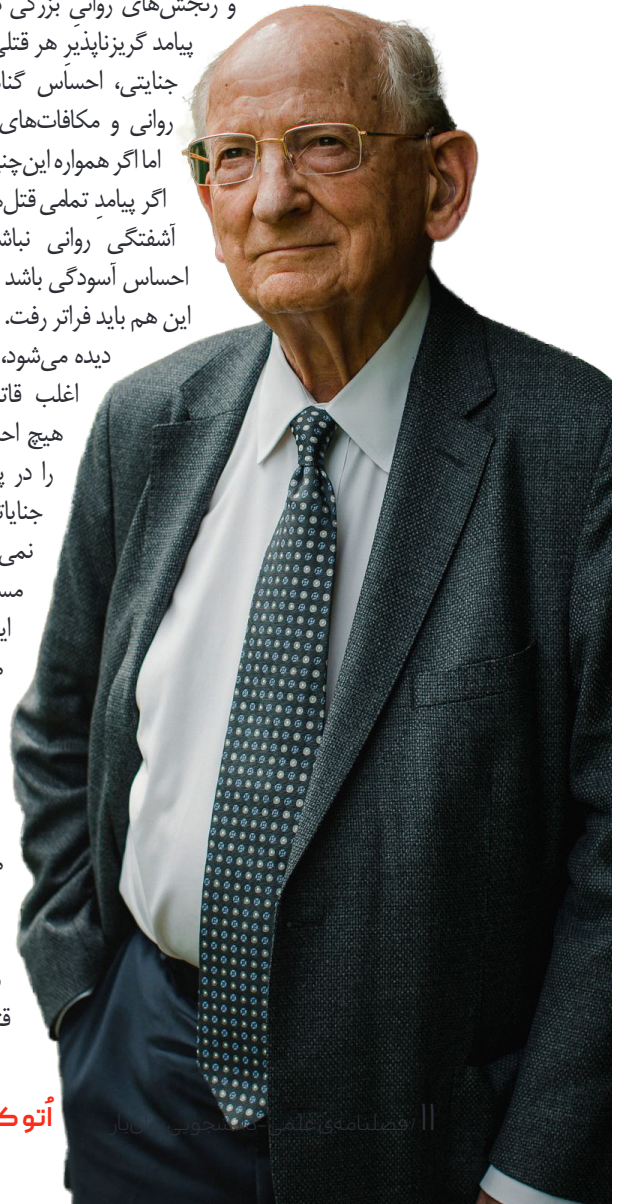
اولین نکته حائز اهمیت این است که برای یافتن تفاوت‌های بنیادین انسان‌ها، باید نسبت به دنیای درونی آنها، ارزش‌های درونی شده‌شان و معناهایی که به جهان و به رابطه خود با جهان می‌دهند، بینش جامعی کسب کرد و نکته دوم آنکه، میان مکاتب متعدد روان‌شناختی، فلسفی و جامعه‌شناختی، تنها مکتبی که به طور اختصاصی و جامع، به دنیای درونی انسان‌ها پرداخته و آن را به مطالعه می‌گیرد،

مکتب روانکاوی است. در این نوشته سعی ما این است که با نگرشی روانکاوانه، به تفاوت‌های ماهوی انسان‌ها و تیپ‌های شخصیتی مختلف آنان بپردازیم و روشن کنیم که چگونه سیر رشد یک کودک تا بزرگسالی، در کنار برخی عوامل زیستی، یک انسان را به قاتلی زنجیرهای بدل می‌سازد که حتی گوشت قربانیانش را بعد از فریز کردن می‌خورد و انسان دیگری، مهربانانه در پی مراقبت از عزیزانش و ایجاد روابط امن و سالم است.

روانکاوی با تاکید بسیارش بر دوران کودکی انسان شناخته می‌شود، اینکه روند رشد یک کودک و نحوه فرزندپروری والدین، چگونه می‌تواند تفاوت‌های عظیمی را در شخصیت انسان‌ها در بزرگسالی پدید آورد. فروید (۱۹۳۹-۱۸۵۶)

احسان صالحی | فتودور داستایفسکی رمان بلندی دارد تحت عنوان «جنایت و مکافات» و در آن، شخصیتی را به نام «راسکولنیکوف» می‌پردازد که در صفحات نخست داستان، در درگیری مداومی با خود است که آیا حق دارد پیرزنی بی‌هوده و غرغرو و البته پولدار را به قتل برساند و اموالش را از آن خود کند؟ و او در نهایت این عمل را مرتکب می‌شود. قتل همان اوایل داستان رخ می‌دهد، حدود صفحه ۲۰۰. اما هزار صفحه از رمان باقی می‌ماند که به تمامی، مکافات‌ها، آشفته‌گی‌های روانی و اغتشاشات فکری راسکولنیکوف را در نتیجه آن قتل نشان می‌دهد. برای مخاطبان عامه این رمان، چندان تعجبی ندارد که چگونه در پی چنین قتلی، راسکولنیکوف دچار مکافات‌ها

و رنجش‌های روانی بزرگی شد، تو گویی پیامد گریزناپذیر هر قتلی و نتیجه هر جنایتی، احساس گناه و آشفته‌گی روانی و مکافات‌های بسیار است. اما اگر همواره این چنین نباشد چه؟ اگر پیامد تملی قتل‌ها و جنایت‌ها آشفته‌گی روانی نباشد و چه‌بسا احساس آسودگی باشد چه؟ و البته از این هم باید فراتر رفت. آنچه در عمل دیده می‌شود، این است که اغلب قاتلان مشهور، هیچ احساس گناهی را در پس قتل‌ها و جنایاتشان تجربه نمی‌کنند. این مسئله پیچیده ایست. چرا که ما را وادار به پاسخ دادن به این پرسش می‌کند که: چه اتفاقی می‌افتد که یک انسان قتل نمی‌کند، دیگر قتل می‌کند



نخستین کسی بود که به این مسئله پرداخت. او از نقش تجاوزهای جنسی به کودکان در سلامت روان آنها خبر داد، به اهمیت روشنگری جنسی برای کودکان پرداخت، آسیب‌های عاطفی و تروماهای روانی همچون فقدان والدین و نقش آنها در بهزیستی روانی در بزرگسالی را مورد مطالعه قرارداد و تأکید بسیاری داشت که تمامی آسیب‌های روانی بزرگسالان، بدون شک منشأیی در کودکی آنها دارند. یا برای مثال وینیکات (۱۸۹۶-۱۹۷۲) سال‌های متمادی، هر روز صبح و پیش از رفتن به محل کارش در بیمارستان، در رادیو BBC به ایراد سخنرانی‌هایی می‌پرداخت که تقریباً مضمون همه‌شان این بود: مادران از یک سو باید فضایی «نگهدارنده» برای کودکان تازه متولد شده‌شان فراهم آورند که در آن نیازهای کودکان را ارضا کنند و او را هم در آغوش و در میان بازوانشان و هم در ذهنشان نگه دارند. از سویی دیگر نباید بر کودک خود «چنبره» زند و اجازه جست‌وجو در جهان خارج، تجربه کردن و همچنین اجازه تنها بودن را به او ندهند. او در ایده‌های نو و منحصر به فرد در مورد تمایلات ضد اجتماعی همچون بزهکاری و دزدی اذعان می‌کند که، کودک به شکل نمادین چیزی را می‌دزد که زمانی به حق به او تعلق داشته. کودک با بی میلی سعی دارد محرومیتی را که در رابطه با مادر تجربه کرده جبران کند و به این منظور محیط را تغییر دهد. وینیکات بود که جمله مشهور «مادر خوب، مادر بیست که نسبتاً خوب باشد» را پیش چشم ما آورد. همچنین اشخاص مهمی همچون ملانی کلاین (۱۸۸۲-۱۹۶۰)، ویلفرد بیون (۱۸۹۷-۱۹۷۹) و پیتر فوناگی (۱۹۵۲-...) با یکدیگر در این مسئله متفق‌اند که کودک در بدو تولد، برانگیختگی‌ها، تنش‌ها، آشفتگی‌ها و تحریک‌هایی را، چه از درون (مانند فشاری که معده در وقت گرسنگی می‌آورد) و چه از بیرون، تجربه می‌کند که برای خود او بسیار نامأنوس و مبهم‌اند. نقش مادر این است که با کودک خود هم‌نوا شود، به تجربه کودک خود معنایی بدهد و در ماندگی او را در اقدامی عملی از بین ببرد. ویلفرد بیون نام این فرایند را «پذیرندگی» می‌گذارد و معتقد است که مادر از تجارب ناخشنود کودک خود سزادایی می‌کند و به شکلی پالایش شده و معنا و جهت یافته، به او بازمی‌گرداند. در این میان اشخاصی نیز همچون جان بالبی (۱۹۰۷-۱۹۹۰)، معتقدند کودکان با یک نیاز زیستی به دلبستگی و دلبسته بودن عاطفی متولد می‌شوند، و اگر این نیاز به خوبی ارضا نشود، زمینه بسیاری از اختلالات ساخته می‌شود. او به آزمایشی که قبل از او به انجام رسیده بود اشاره می‌کند: کودکان بسیاری در

زمان جنگ، در پرورشگاه‌هایی رشد می‌کردند که جز غذا هیچ چیزی دیگری، اعم از محبت و عشق و آغوش، دریافت نمی‌کردند. بسیاری از این کودکان تا پیش از ۷-۸ سالگی مردند هر چند با همه این گفته‌ها، باید

ملانی کلاین

اذعان کرد که عوامل زیستی و ژنتیکی نیز تأثیرات غیر قابل انکاری بر شکل‌گیری شخصیت افراد دارند. مشکل در سیستم عصب-رسانه‌ها (معمولاً در سروتونین، دوپامین، اوکسی توسین و هورمون آندورفین)، داشتن خلق و خوی سخت (که کودکان دارای این خلق را اصطلاحاً کودکان بدقلق می‌نامند) و نقص در سیستم بازداری عواطف (در نتیجه روی آوردن به اعمال ریسکی و ابراز مستقیم هیجانات مختلف همچون خشم)، از مصادیق مهم عوامل زیستی هستند. در این بین هوش پایین (هوش به معنای سرعت پردازش اطلاعات) نیز می‌تواند مزید بر علت شود.

اما سیر رشدی فرد، زمینه دلبستگی او و تأثیرات زیستی که نام بردیم، در کنار هم ۷ مؤلفه را می‌سازند که تفاوت در این ۷ مؤلفه، منشأ تفاوت در سازمان شخصیتی انسان‌ها می‌شود. پیش از آنکه به این ۷ مؤلفه بپردازیم، نگاه بسیار کلی به سازمان‌های شخصیتی می‌افکنیم تا با سهولت بیشتری این ۷ مؤلفه بر ما آشکار شود. اتو اف. کربنرگ (۱۹۲۸-...) روانکاو ۹۲ ساله وینی-اتریشی، سال‌ها پیش طبقه‌بندی مهمی از سازمان‌های شخصیتی به دست داد که تا امروز کاربرد دارد و از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است. او سازمان‌های شخصیتی را به ۴ دسته تقسیم کرد:

- سازمان شخصیتی سالم

- سازمان شخصیتی نوروتیک

- سازمان شخصیتی مرزی

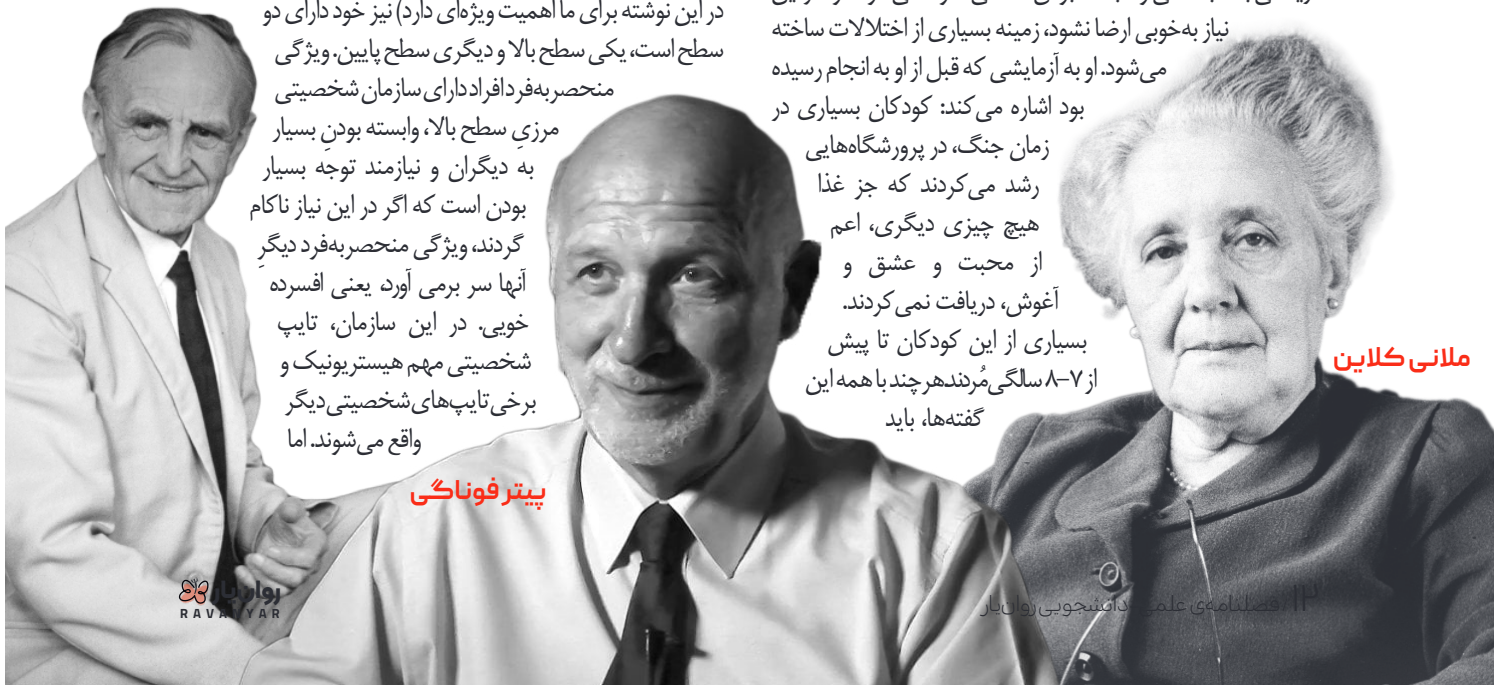
- سازمان شخصیتی سایکوتیک

افراد سالم یا دارای سازمان شخصیتی سالم، بسیار تعداد کمی دارند و اکثریت جوامع انسانی را سازمان شخصیتی نوروتیک تشکیل داده است. جانین و قاتلان و بزهکاران، غالباً دارای سازمان شخصیتی مرزی هستند و سایکوتیک‌ها، با هذیان‌های بسیار و در خود فرورفتگی‌های افراطی شناخته می‌شوند. به جز سازمان شخصیتی سالم، در ذیل هر کدام از این سازمان‌های شخصیتی، تایپ‌های شخصیتی مختلفی قرار می‌گیرند. تایپ‌های شخصیتی مهم واقع در سازمان شخصیتی نوروتیک، تایپ شخصیت سواسی، تایپ شخصیت افسرده‌وار و تایپ شخصیت مازوخستیک هستند. ذیل سازمان شخصیتی سایکوتیک، سایکوز و اسکیزوفرنی قرار می‌گیرند. سازمان شخصیتی مرزی (که

در این نوشته برای ما اهمیت ویژه‌ای دارد) نیز خود دارای دو سطح است، یکی سطح بالا و دیگری سطح پایین. ویژگی منحصر به فرد افراد دارای سازمان شخصیتی

مرزی سطح بالا، وابسته بودن بسیار به دیگران و نیازمند توجه بسیار بودن است که اگر در این نیاز ناکام گردند، ویژگی منحصر به فرد دیگر آنها سر برمی‌آورد یعنی افسرده خویی. در این سازمان، تایپ شخصیتی مهم هیستریونیک و برخی تایپ‌های شخصیتی دیگر واقع می‌شوند. اما

پیتر فوناگی



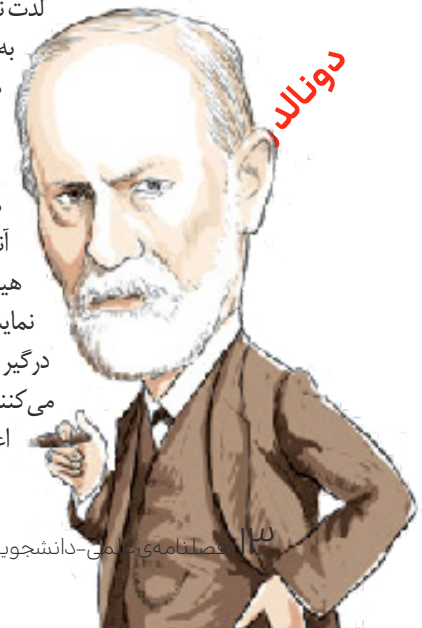
ویژگی منحصر به فرد افراد دارای سازمان شخصیتی مرزی سطح پایین، خصم و خشمی است که به راحتی ابراز می‌کنند و به خاطر آن حتی هست به قتل می‌زنند. در این سازمان نفرت و پرخاش، بر هر چیزی غلبه دارد (در سازمان مرزی سطح بالا نیز خشم و نفرت وجود دارد، اما آرمانی‌سازی شخصی که وابسته اویند، بر خشم و نفرتشان سرپوش می‌گذارد). تایپ‌های شخصیتی مهمی نیز ذیل این سازمان قرار دارند، اعم از نارسیستیک و سایکوپاتی که از جنجالی‌ترین و مورد مطالعه‌ترین تایپ‌های شخصیتی هستند.

اکنون به ۷ مؤلفه‌ای که منشأ شکل‌گیری انواع مختلف سازمان‌های شخصیتی هستند می‌پردازیم و سعی می‌کنیم نشان دهیم که چگونه برخی تایپ‌های شخصیتی، به آسانی و بدون آنکه احساس گناهی کنند، دست به جنایات و بزهکاری‌ها می‌زنند، در حالی که برخی به آسانی قربانیان آنها می‌شوند، به شکلی که انگار برخی تایپ‌های شخصیتی همچون پیچ و مهره‌ای، برای هم ساخته شده‌اند. گروهی می‌خواهند سوءاستفاده و جنایت کنند و گروهی دیگر حضور دارند تا هدف آن جانیان واقع شوند. این ۷ مؤلفه به‌قرار زیرند:

۱. هویت

هویت حسی است که فرد از «خود» دارد. در واقع وجهی از «خود» است که به بینش مستقیم و کاملاً شخصی فرد نسبت به خودش مربوط می‌شود. کرنبرگ اذعان می‌کند که سازمان‌های شخصیتی سالم و نوروتیک، هویت منسجم دارند و سازمان‌های شخصیتی مرزی و سایکوتیک هویت مغشوش و نامنسجم. یکی از مصادیق مهم اغتشاش هویت این است که فرد نمی‌داند چه چیزی می‌خواهد. برعکس اشخاص دارای سازمان شخصیتی مرزی، سازمان‌های سالم و نوروتیک، از ارزش‌های خود و اعمال مورد علاقه خود اطلاع دارند و همچنین مدام در حال تغییر آنها نیستند. بالعکس، مرزی‌ها، لااقل بر سه حوزه مهم زندگی یعنی شغل، تفریحات و تحصیلات، نمی‌توانند سرمایه‌گذاری عاطفی‌بائیتی کنند و این نکته مهمی است که سازمان‌های مرزی، و اختصاصاً تایپ شخصیتی نارسیستیک و سایکوپاتی، کاری نمی‌کنند، مگر آنکه به آنها قدرتی ببخشند و n تومان پول یا n فرد انسانی را تحت کنترل آنها درآورند. به همین سیاق می‌توان گفت که مرزی‌ها از انجام هیچ عملی به‌خودی‌خود لذت نمی‌برند مگر آنکه آنها را الرضا کند.

به این علت که مرزی‌ها نمی‌توانند بر موضوعی در بیرون سرمایه‌گذاری عاطفی‌بائیتی کنند، مدام دچار ملالت می‌شوند؛ در سازمان‌های مرزی این نکته مشهود است که آنها مدام خود را درگیر فعالیت‌هایی هیجان‌انگیز یا فعالیت‌هایی برای نمایش دادن خود یا درکل خود را درگیر فعالیت‌های متعدد و پی‌درپی می‌کنند تا از ملالت نهفته در پس تمامی اعمالشان رهایی یابند.



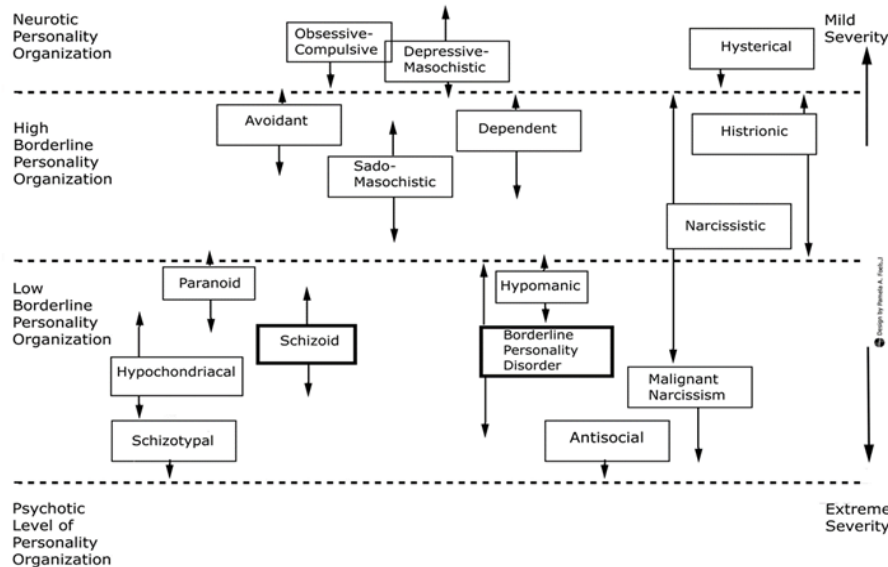
نکته مهم دیگر در مورد هویت این است که سازمان‌های سالم و نوروتیک، واجد یک خود واقعی (آنچه اینجا و اکنون هستند) و یک خود آرمانی هستند. در واقع یک «خود» دارند که اکنون وجود دارد و یک مسیر که باید طی کنند و درجا نمانند. به همین علت است که اگر یک انسان سالم یا نوروتیک درجا بزند و هیچ کاری نکند، احساس بیهودگی می‌کند. برخلاف سالم و نوروتیک، در یک فرد نارسیست که ذیل سازمان شخصیتی مرزی قرار دارد، «خود واقعی» و «خود آرمانی» یکی هستند و بینشان فاصله‌ای وجود ندارد. به همین علت است که یک فرد نارسیست ممکن است طی ۱۰ سال، هیچ تغییری در ظاهر خود اعمال نکند و یا اعمالی را انجام دهد که کاملاً تکراری‌اند، بدون آنکه کوچک‌ترین تغییری در نحوه انجام‌دادنشان ایجاد کنند و جالب آنکه هر بار با اشتیاقی وصف‌ناپذیر آن فعل را شروع می‌کنند و پس از گذشت زمانی کوتاه به همان ملالتی که وصف آن رفت، دچار می‌شوند.

نکته دیگر آنکه، در مرزی‌ها که دارای هویت نامنسجم هستند، تجربه خود و دیگری، چندوجهی، پیچیده و تمایز یافته نیست. یکی از مصادیق مهم آن این است که وقتی از یک شخص دارای سازمان مرزی درخواست کنیم که شخصی، همچون مادرش، را توصیف کند، از واژگان بسیار کلیشه‌ای استفاده می‌کند: برای مثال صرفاً می‌گویند: «یک زن ایرانی است»، «از اون زنان قدیمی».

مسئله مهم دیگری که ذیل مفهوم «هویت» مطرح می‌شود، «تاریخ‌مندی» است. ملانی کلاین معتقد بود که کودک تازه متولد شده، سائق‌ها و نیازهایی دارد که گاه از جانب مادرش ارضا می‌شوند و گاه نمی‌شوند. در واقع مادر، گاهی برای کودک خود «مادر خوب» تلقی می‌شود و گاهی «مادر بد». اما نکته اینجاست که کودک در ماه‌های نخستین، ظرفیت این را ندارد که مادر را مادری واحد ادراک کند که هم وجوهی خوب دارد و هم وجوهی بد. به همین علت مادر را دوتکه می‌کند و او را دو مادر ادراک می‌کند: یکی «مادر خوب» و دیگری «مادر بد». کاری که کودک انجام می‌دهد را کلاین «دوپاره‌سازی» نام می‌نهد. اگر روند رشد به سلامت طی شود و مادر بتواند از پس ارضای بهینه نیازهای کودک خود برآید، کودک ظرفیتی را کسب می‌کند که نامش را «دوسوگرایی» می‌گذاریم. به‌زعم کلاین، وجوه خوب و وجوه بد مادر در «تن» کودک ذخیره می‌شوند و ایجاد یک «تاریخ‌مندی» و حافظه می‌کنند. (در علوم شناختی نام این حافظه را حافظه روندی می‌گذارند) از این پس کودک، مادر خود را یک کل واحد ادراک می‌کند که هم خوبی‌هایی دارد و هم نقصان‌هایی گریزناپذیر. این کودک اگر در بزرگسالی، از دست معشوق خود خشمگین گردد، بدون آنکه خود دلیلش را بداند، متوجه می‌شود که نمی‌تواند به او صدمه‌ای بزند و آسیبی برساند. تاریخ‌مندی و ظرفیت دوسوگرایی باعث می‌شود که در زمان خشم، «تن» او، وجوه خوب معشوقش و عشقی که نسبت به او دارد را به یاد آورد و چنین عملی را مرتکب نشود. بالعکس افراد سالم یا نوروتیک، انسان‌های مرزی، نتوانسته‌اند از «دوپاره‌سازی» فراتر روند. به همین علت در زمان‌هایی فرد مقابلشان را تا حد اعلا آرمانی‌سازی کرده و بر عرش الهی می‌نشانندش و در زمان‌هایی دیگر، به این علت

خواهیم داد، افراد نارسیستیک، به دلیل احساس قدرت مطلق داشتن، این گونه می‌اندیشند که آسیب از آن دیگران است و خودشان آسیب نمی‌بینند. به همین علت به‌زعم داستایفسکی در رمان «شیاطین»، تنها کافی است آن رهبر، هدفی کلی را معین کند و به زیردستانش دستور بدهد جنایاتی را به‌صورت آشکارا یا پنهانی انجام دهند، آنها نیز بدون هیچ‌گونه ترسی چنین خواهند کرد. اما ویژگی عمده افراد نارسیست در برابر تایپ شخصیتی دیگری به نام «هیستریونیک» سر برمی‌آورد. گفتیم افراد «هیستریونیک» بسیار وابسته و نیازمند توجه هستند و بسیار محتاج آنکه کسی را آرمانی‌سازی کنند. این اتفاق در مقابل افراد نارسیستیک، برای آنها رخ می‌دهد. فرد نارسیست، با سلطه و تحت کنترل در آوردن فرد هیستریونیک، احساس قدرت مطلق خود را به دست می‌آورد و فرد هیستریونیک با زیر سلطه فردی آرمانی شده بودن، وابستگی خود را ارضا می‌کند. در این بین، فرد نارسیستیک ممکن است هر سوءاستفاده‌ای از فرد هیستریونیک بکند، چه بسا مدام به او خیانت کند و بلکه در شرایط خاصی او را به قتل برساند (افراد نارسیست در این شرایط، تنها نیازمند این هستند که به آنها سرویس داده شود. آنها برخلاف انسان‌های سالم، نه از کسی مراقبت می‌کنند و نه از اینکه کسی از آنها مراقبت کند استقبال می‌کنند) این همان جایی است که اذعان کردیم قربانی و جانی، همچون پیچ‌ومهرهای باهم چفت می‌شوند! یک نکته بسیار مهم این است که هیستریونیک‌ها را اکثر زنان و نارسیستیک‌ها را اکثر مردان شکل می‌دهند. اما در مورد شخصیت هیستریونیک این نکته نیز حائز اهمیت است که بسیاری از آنها در کودکی مورد سوءاستفاده، اغواگری والدین یا اطرافیان و یا تعرض‌های جسمی واقع شده‌اند. روانکاو (خصوصاً روانکاو‌های معاصر همچون مکتب «ارتباطی» که با استفن میچل شناخته می‌شود) به ما گوشزد می‌کند که طرح‌واره‌های نخستینی که کودک طی آنها رشد می‌کند و بسترهای رشدی که کودک در آنها بزرگ می‌شود، هر چند سالم یا ناسالم باشند، برای فرد چارچوب امنی را شکل می‌دهند، چراکه با داشتن چنین چارچوبی، دیگر لازم نیست فرد در مواجهه با بی‌شمار محرکی که بر او وارد می‌آید، هر بار معنای نویی به زندگی خویش و جهان پیرامونش بدهد.

که هویت تکه‌تکه و نامنسجمی دارند، در زمان خشم، «تن» شان نمی‌تواند خوبی‌های شخص روبرویشان را به یاد آورند و نهایت بی‌توجهی یا پرخاش را متوجه او می‌کنند. در اینجا مسئله مهم دیگری نیز قابل بحث است: احساس گناه. احساس گناه سالم، احساس گناهی است که فرد را از انجام فعلی اشتباه یا غیراخلاقی بازدارد. اما در مرزی‌ها، یا احساس گناه وجود دارد و ناقص است؛ به این شکل که نمی‌تواند آنها را از انجام فعل نادرستی بازدارد، منتها پس از انجام آن عمل، آنها را دچار عذاب وجدان می‌کند. (نمونه آن را می‌توان در قلم توانای داستایفسکی در رمان «رنج کشیدگان و خوارشدگان» یافت. یکی از شخصیت‌های مهم داستان، مرد جوانی است که با دختری طرح ازدواج می‌بندد، اما مدام به او خیانت می‌کند و پس از هر خیانتی به سرعت نزد معشوقه‌اش بازمی‌گردد تا طلب مغفرت کند. این نمونه بارز یک فرد نارسیستیک لاقط سطح بالا است.) یا اینکه احساس گناه در آنها شکل نگرفته است که نمونه آن را می‌توان در افراد نارسیست سطح پایین با افراد سایکوپات پیدا کرد. این نکته قابل توجهی است که بدانیم رفتارهای افراد سالم و نوروتیک را احساس گناه نظم می‌دهد و مراقبت از دیگران برایشان در اولویت است و رفتارهای افراد مرزی را، احساس شرم نظم داده و قدرت برایشان اهمیت ویژه‌ای دارد. در واقع برای یک شخص دارای سازمان مرزی، اگر پای قدرت، شهرت یا مقام به میان آید، اگر هم احساس گناهی وجود داشته باشد، تنها همان قدرت است که او را به عمل کردن وامی‌دارد. در اینجا خالی از لطف نیست اگر نکته‌ای را عنوان کنیم: انسان‌های نارسیست دو ویژگی عمده دارند که هر یک را به شکلی مستقل، در موقعیتی خاص به عمل درمی‌آورند. ممکن است یک فرد سایکوپات (همچون بین تام هاردی) در فیلم «شوالیه تاریکی برمی‌خیزد» گروهی از افراد نارسیست را نزد خود گردآورد و خود را به‌مثابه انسانی بسیار بزرگ با توانایی‌های خارق‌العاده نشان دهد. در این صورت ویژگی نخست افراد نارسیست سر برمی‌آورد: آنها فرد سایکوپات را همچون خدای خودشان بزرگ کرده و گوش به فرمان او می‌شوند، چراکه این گونه احساس ناقص بودن و خالی بودن خودشان را با داشتن رهبری بسیار قدرتمند پوشش می‌دهند. از طرفی همان گونه که در ادامه توضیح



به همین علت بسیاری از افراد هیستریونیک اگر درمان نشوند، به دلیل سوءاستفاده‌هایی که از آنها در کودکی شده است، در بزرگسالی نیز به صورت کاملاً ناهشیار وارد روابطی می‌شوند که از آنها سوءاستفاده شود یا اگر وارد رابطه سالمی هم شوند، خود شرایط را برای مورد سوءاستفاده واقع شدن، فراهم می‌سازند. این مسئله، به زعم هاینتس کوهوت (۱۹۱۳-۱۹۸۱) روانکاو، وجه تراژیک زندگی آدمی است که نمی‌توان گریزی از آن داشت.

اما نکته مهم دیگری که در سازمان مرزی و ذیل مفهوم هویت مطرح می‌شود، نوسان خلقی است. خلق افراد مرزی در طی روز مدام بالا و پایین می‌شود. همچنین آنها بسیار حساس و زودرنج هستند و به راحتی پرخاش می‌کنند. در حضور این اشخاص، احساس می‌شود که باید سنجیده سخن گفت و احساس راحتی نمی‌توان نزد آنها داشت، چراکه آنها همواره در سخنان و رفتارهای مخاطبینشان، محتویات و بهانه‌هایی را برای ابراز خشم خود، پیدا می‌کنند.

۲. روابط موضوعی:

روابط موضوعی، به روابطی با موضوع‌های بیرونی (چه انسان و چه اشیاء دیگر) اطلاق می‌شود که می‌تواند رابطه‌ای دوستانه، رابطه‌ای کاری یا رابطه‌ای عاشقانه باشد.

داشتن روابطی صمیمی یکی از مؤلفه‌های سلامت روان است. انسان‌های مرزی، یا روابط صمیمی دوستانی ندارند، یا دوستی‌های بسیار زیاد اما سطحی برقرار می‌کنند که از این کار اغلب هدفی جز بهره‌جویی ندارند. باری، ملاک صمیمیت را می‌توان در یک عبارت خلاصه کرد: «نامرئی بودن». در واقع انسان زمانی با شخص دیگری صمیمی است که احساس نکند لازم است وجوهی از خود را نزد او پنهان یا سانسور کند. بدین معناست که بتواند خود را بدون آنکه به افکار و رفتار و گفتارش بیندیشد، نزد او ابراز کند. نکته مهم دیگر این است که برای افراد مرزی، روابط دوستانه و حتی عاطفی، نوعی «تراکنش» و دادوستد است و قانون نانوشته آنها این است: «من به تو زنگ زدم، تو چرا به من زنگ نزدی؟»، یا «تو مرا تحقیر کردی، پس تو را تحقیر می‌کنم و بلکه می‌کشم» و...

انسان‌های سالم، اجازه وابستگی و صمیمیت متقابل را به اشخاص پیش رویشان می‌دهند. در واقع همان گونه که پیش از این ذکر کردیم، از دیگران مراقبت می‌کنند و به دیگران اجازه می‌دهند که از آنها مراقبت کنند. اما افراد مرزی و علی‌الخصوص نارسیستیک، روابط خود را بر پایه منت‌گذاری پایه‌ریزی می‌کنند که اگر کاری را برای دیگری انجام دهند، سریعاً انتظار جبران دارند. به بیانی دیگر، بدهی خود را سریعاً طلب می‌کنند، وگرنه انتقام می‌گیرند. از سویی دیگر افراد نارسیستیک، برخلاف انسان‌های سالم که به نیازهای متقابل شخص روبروی خود اهمیت می‌دهند، تنها در پی ارضای نیازهای خود هستند.

نکته مهم دیگری که وجود دارد این است که انسان‌های نارسیستیک، از آن رو که تنها برای ارضای نیازهایشان وارد رابطه می‌شوند (اصطلاحاً تمام روابطشان با موضوع‌های جزئی است و نه با کلیت موضوع ها و افراد)، در ابتدا اشتیاق فراوانی برای یک رابطه دارند، اما سریعاً اشتیاقشان

فروکش کرده و پس از آن به راحتی دست به خیانت می‌زنند. این نکته را می‌توان در ادامه ملالت نهفته در بطن تمامی تجارب این افراد که پیش از این ذکر شد، درک کرد. تفاوت عمده آنها با شخصیت‌های وسواسی این است که افراد نارسیستیک، در تقابل میان دل و عقل، تماماً با دل خود (منظور نیازها است، آنچه که زیگموند فروید تحت عنوان «ابد» صورت‌پندی کرد) دست به انتخاب می‌زنند. اما شخصیت‌های وسواسی تماماً عقلانی زندگی می‌کنند. باید این نکته را توجه کرد که کارکرد دل، عواطف و نیازها انتخاب «باید‌ها» و تصمیم‌گیری و انتخاب است و کارکرد عقل انتخاب «نباید‌ها» و شناسایی موانع و محدودیت‌ها. به همین علت، فرد نارسیستیک به راحتی انتخاب‌هایش را تغییر می‌دهد و فرد وسواسی هیچ‌گاه نمی‌تواند به راحتی چیزی را انتخاب کند، چراکه عواطف و نیازهایش به دلیل سرکوب شدن، در تصمیم‌گیری‌های او دخیل نمی‌شوند. به همین سبب در مورد رابطه جنسی نیز می‌توان گفت که افراد نارسیستیک، مشتاقانه روابط جنسی متعددی برقرار می‌کنند و ناگهان دچار بازداری شده و همان‌طور که گفتیم اغلب دست به خیانت می‌زنند. انسان‌های دارای شخصیت وسواسی نیز به این علت که نمی‌توانند چندان دل و نیازهای خود را در روابط خویش دخیل کنند، پس از مدتی دچار بازداری جنسی و حتی عاطفی شده (هرچند هم اشتیاق نخستین آنها و هم بازداری که برای آنها رخ می‌دهد بسیار کمتر از افراد نارسیستیک است)، اما به خاطر تجربه احساس گناه، اغلب دست به خیانت نمی‌زنند.

مؤلفه مهم دیگر متمایزکننده این است که افراد مرزی، در برابر انتقاد، بسیار برافروخته می‌شوند، چراکه اگر کسی به آنها انتقاد کند، قدرت مطلق کاذبشان تخریب می‌شود. افراد مرزی اصطلاحاً کینه‌ای هستند، انتقادها را حمله به خود ادراک می‌کنند و تا به هر شکلی انتقام نگیرند، آرام نمی‌شوند. گویی این گونه آبرو و عزت نفس شکننده خود را حفظ می‌کنند. آرتور شوپنهاور در مقاله خود تحت عنوان «در باب حکمت زندگی» نام این گونه آبرو را «آبروی شهسوارانه» می‌نامد و اذعان می‌کند که در قرون وسطی، بسیاری از حاکمان یا افراد بلندمرتبه، اگر با دشمنی مواجه می‌شدند، تنها یک راه داشتند تا آبروی خدشه‌دار شده خود را باز یابند: اینکه فرد مقابلشان را به شیوه‌ای بدتر از او مورد اهانت قرار دهند یا چه‌بسا به شیوه‌ای خشمگینانه به او صدمه‌ای وارد کنند.

مؤلفه مهم دیگری که در ذیل مفهوم «روابط موضوعی» مطرح می‌شود، غیرت در برابر حسادت است. غیرت تجربه‌ای سالم در بستر روابط است که معنای مشخصی دارد: اینکه شخص نمی‌خواهد عشق شخص مقابل را از دست بدهد. این احساس زمانی سر برمی‌آورد که شخص خود را یک انسان واحد ارزشمند ادراک می‌کند که نگران است رقبایی برای موضوع عشق او پیدا شوند. از این رو غیرت احساسی سازنده است. اما حسادت زمانی پدید می‌آید که فرد، منابع خوبی را در بیرون از خود ببیند و در خود خوبی نبیند. از این سعی می‌کند منابع خوبی بیرونی را دور کرده یا چه‌بسا نابود کند. این احساسی است که در افراد مرزی به‌وفور دیده می‌شود و باید توجه داشت که حسادت و حس انتقام، دو احساسی هستند که می‌توانند یک انسان را تا آخر عمر،

به دنبال خود بکشاند.

– غالباً پرخاشگرانه – خود را، بدون آزدگی خاطر، با دیگران سهیم شویم، رفتارهای واپس روانه (و کودکانه) نشان دهیم بی آنکه احساس شرمساری کنیم، آزادانه به بازی بپردازیم و بخندیم و به آرامشی لذت بخش برسیم.

۳. مکانیسم‌های دفاعی:

مکانیسم‌های دفاعی تعاریف متعددی دارند و نه تنها در روانکاوی که در مکاتب دیگر روان‌شناختی (همچون روان‌شناسی شناختی) نیز کاربردهایی دارند. تعریف مشخصی که از مکانیسم‌های دفاعی خواهد آمد، تعریفی است که روان‌شناسی ایگو به عنوان یکی از مکاتب فکری روانکاوی، به دست می‌دهد: دفاع هر واکنشی است که مانع از تجربه یک عاطفه منفی شود. (عاطفه به مثابه یک تجربه بدنی) اما عاطفه منفی، عاطفه و تجربه بدنی است که نه تنها تنش، بلکه درد روانی به همراه آورد. چه بسا تنش‌هایی (همچون ابراز جنسی) که نه تنها دردآور که لذت بخش هستند. دفاع‌ها را می‌توان به شکل‌های متعددی طبقه‌بندی کرد، اما دم‌دستی‌ترین دسته‌بندی که می‌توان از مکانیسم‌های دفاعی به دست داد، این گونه است: مکانیسم‌های دفاعی رشد نیافته، بدوی یا اولیه و مکانیسم‌های دفاعی رشد یافته یا ثانویه. مکانیسم‌های دفاعی بدوی، در ماه‌ها و سال‌های ابتدایی رشد و نمو پیدا می‌کنند و می‌توانند تا بزرگسالی فرد را همراهی کنند، همچون دفاع «دوپاره سازی» که شرح آن رفت. انکار، فرافکنی، آرمانی‌سازی افراطی و در خود فرورفتگی افراطی نیز از دفاع‌های بدوی دیگر هستند. در افراد مرزی، دوپاره سازی، انکار (مشخصه تایپ شخصیتی نارسیتیک است. به همین علت است که گفتیم فکر می‌کند آسیب، چیزی است که تنها برای دیگران رخ می‌دهد، نه برای او)، و آرمانی‌سازی بسیار دیده می‌شوند. دفاع‌های بدوی معمولاً واقعیت را به کلی تحریف می‌کنند. اما دفاع‌های رشد یافته که نشانگر ظرفیت رشدی روانی بالاتری است، معمولاً واقعیت را انکار یا تحریف نمی‌کنند، بلکه ادراک مستقیم شخص از واقعیت را دچار تحریف می‌کنند. برای مثال در دفاع عقلانی‌سازی، فرد واقعه‌ای با بار عاطفی را به گونه‌ای شرح می‌دهد که گویی خود هیچ گونه عاطفه و احساسی را تجربه نمی‌کند. دفاع‌های رشد یافته‌تری نیز وجود دارد که از جمله آنها می‌توان به شوخ‌طبعی و والایش اشاره کرد. هر دو اینها امکان بروز نسبی امیال و آرزوهای نهفته در پس آنها را، در قالب مورد پذیرش جامعه، فراهم می‌سازند، و در عین حال بر غنای فرهنگی جامعه می‌افزایند. در والایش، آرزوها، به جای آنکه محبوس یا تحریف شوند، هدایت می‌شوند: برای مثال امیال پرخاشگرانه در قالب بازی و ورزش بروز می‌یابند. از نظر فروید، والایش مجالی است برای بروز فرومایه‌ترین و عمیق‌ترین امیال و نیز آرزوها و اهداف اجتماع، در قالب پدیده‌هایی مانند جشن، نمایش، موسیقی، شعر و دل‌مشغولی‌های مذهبی و سیاسی. با شوخ‌طبعی نیز می‌توانیم هیجانانگیز

۴. کنار آمدن و انعطاف‌پذیری در برابر سرسختی و انعطاف‌ناپذیری:

این مؤلفه تفاوتی را میان سازمان شخصیتی سالم و دیگر سازمان‌های شخصیتی عنوان می‌کند. انسان‌های سالم ارزش‌ها و دفاع‌های منعطف و سازگارانه‌ای را به کار می‌بندند و نه به خود و نه به دیگری آزاری وارد نمی‌کنند. انسان‌های نوروتیک اما، بعضاً عدم انعطاف‌پذیری‌هایی را نشان می‌دهند. برای مثال یک فرد نوروتیک برای مراقبت از دیگری، به شکلی وسواسی و نامنعطف در پی محبت کردن و کنترل دیگری است. اما افراد مرزی، معمولاً اخلاق‌های کاملاً شخصی دارند که نباید از آنها عدول کرد، در نتیجه می‌توان ادعان کرد که افراد مرزی بیش از آنکه ارزش‌هایی برای زیستن داشته باشند، تحت لقای ایدئولوژی‌هایی خاص زندگی می‌کنند که انکار این ایدئولوژی‌ها خشمشان را فرامی‌خواند.

۵. پرخاشگری:

- **معطوف به خود:** پرخاشگری معطوف به خود، می‌تواند در قالب نادیده گرفتن خود یا عدم مراقبت از خود متجلی شود که بعضاً در شخصیت‌های افسرده‌وار یا مازوخیستیک دیده می‌شود. این افراد ممکن است برای مراقبت از دیگران، از سلامت خود نیز بگذرند. همچنین می‌تواند در قالب رفتارهای ریسکی نمود پیدا کند که در افراد نارسیتیک بسیار دیده می‌شود و نیز می‌تواند در قالب پرخاشگری جنسی نسبت به خود تجلی پیدا کند که خود می‌تواند شکل رفتارهای مازوخیستیک جنسی، یا اجازه دادن به دیگران برای سوءاستفاده از خود (همچون در هیستریونیک‌ها) داشته باشد.

- **معطوف به دیگری:** لذت بردن از رنج دیگران. برای مثال فرد نارسیتیک اگر قهر کند و متوجه شود که دیگری از این بابت رنج می‌کشد، دچار لذت می‌شود. آنها همچنین اگر احساس کنند که دیگران از آنها می‌ترسند، تا مدتی مسرور و سرحال هستند. بی‌اعتنایی نسبت به وجه عاطفی روابط جنسی نیز شکلی از پرخاشگری است، چراکه رابطه جنسی به خودی خود عملی پرخاشگرانه است و اگر با عاطفه همراه نگردد، رفتاری کاملاً نارسیتیک است.

۶. ارزش‌های اخلاقی درونی شده (سوپرایگو):

کرنبرگ به سیاق سرکار خانم ادیث جیکوسون روانکاو، تشریح می‌کند که سه سطح از سوپرایگو و ارزش‌های اخلاقی درونی شده از یکدیگر قابل تفکیک‌اند. در نخستین آنها، سوپرایگو کاملاً بدوی است و نفرت و پرخاش، حضور مطلق دارد. همچون آنچه در افراد سایکوپات دیده می‌شود و باعث می‌شود به آسانی و بدون هیچ عذاب وجدانی دست به رفتارهای ناپه‌نجان و قتل بزنند. در این سطح سوپرایگو گویی حضور چندانی ندارد. در سطح دوم، خشونت کنار می‌رود



۷ مؤلفه‌ای که منشأ شکل‌گیری انواع مختلف سازمان‌های شخصیتی هستند.



به این معناست که فرد در عین حال که ارزش‌های اجتماع و خانواده خود را درونی کرده، با هدف انطباق‌پذیری با واقعیت و نیز مراقبت از خود و دیگران، آزادانه از میان ارزش‌ها برگزیند و به شکلی انعطاف‌پذیر به کارشان بگیرد. این تعریف از مسئولیت‌پذیری کاملاً منطبق است با تعریف ژان پل سارتر، فیلسوف شهیر فرانسوی از آزادی: او معتقد بود که آزادی تنها زمانی معنا دارد که چارچوبی از پیش، ما را محدود کرده باشد؛ آزادی ما در این است که در این چارچوب، آزادانه از امکان‌های موجود بهره‌مند شویم. این مؤلفه خود لافل سه مؤلفه فرعی دارد که به طور اختصاصی این مؤلفه‌ها را در مورد افراد مرزی بررسی می‌کنیم:

- دشواری در تمیز منابع درونی و بیرونی عواطف: ناتوانی آنها در فهم علت حال خود در اینجا و اکنون.

- نقص در واقعیت‌آزمایی اجتماعی: نقص در تشخیص اینکه انسان‌های دیگر به چه علت دست به یک انجام یک فعل می‌زنند: ناتوانی از تشخیص نیت کلی انسان‌های دیگر و نیز ناتوانی از درک فهم و نقش اجتماعی دیگران. به همین علت یک فرد مرزی ممکن است برای ۵۰۰ تومان پول با راننده تاکسی زدو خورد شدیدی بکند. در کل می‌توان گفت که برخی از تایپ‌های مرزی و نیز سایکوتیک‌ها، از دیگر انسان‌ها انتظارات نایجایی دارند یا نیت غلطی را به آنها نسبت می‌دهند.

- میکروسایکوز در استرس شدید: هذیان، مشخصه سازمان سایکوتیک است که اگر همواره وجود داشته باشد، می‌توان شخص را در این سازمان قرارداد. اما افراد مرزی نیز در شرایط استرس‌زا یا در زمان‌های فشار روانی، دچار هذیان می‌شوند و مواضع هذیانی به خود می‌گیرند.

و عشق جای آن را می‌گیرد، اما این عشق، عشقی نارس و نسیب و معطوف خود و امیال خود است. شخصی که در این سطح قرار دارد، کاملاً به دیگری وابسته است (یا استفاده کند، یا به او وابسته شود)، و همچنین اخلاقی کاملاً شخصی

و ایدئولوژیک دارد. یکی از ویژگی‌های افراد واقع در این سطح، این است که به ارزش‌های اجتماعی همچون ثروت و زیبایی و مقام و قدرت اهمیت بسیاری می‌دهند و حفظ عزت‌نفس خود را در کسب حداکثری این مقولات می‌بینند. افراد نارس و سایکوپات، همچنین بسیار فریبکار و اغواکننده ظاهر می‌شوند و این فریبکاری می‌تواند تا حدی بالا بگیرد که در هر مکان و زمانی، هویتی خاص و ویژه آن موقعیت برای خود برسانند و اما سطح سوم و رشدیافته‌ترین سطح سوپر ایگو و ارزش‌های اخلاقی درونی شده، راجع است به همانندسازی سالم با والدین، به گونه‌ای که ارزش‌های اخلاقی آنان درونی شود، اما نه به شکلی نامنعطف، بلکه به شکلی انطباقی. برای مثال یک فرد سالم، صداقت را به مثابه یک ارزش درونی کرده است، اما ممکن است در موقعیتی ویژه، برای مراقبت از شخصی دیگر، دست به دروغ‌گویی بزند.

۷. واقعیت‌آزمایی:

به‌طور کلی به این نکته اطلاق می‌شود که چه اندازه مرز خود و دیگران مشخص باشد و در نتیجه فرد چقدر مسئولیت رفتار خود را می‌پذیرد. (این مسئولیت‌پذیری به شکل مستقیم با رشدیافتگی سوپر ایگو که به‌عنوان مؤلفه ششم مطرح شد مرتبط است، مسئولیت‌پذیری

اکنون و پس از بحث راجع به مؤلفه‌های یک سازمان شخصیتی و تمایز قائل شدن میان سازمان‌های سالم، نوروتیک، مرزی و سایکوتیک، می‌توان به یک جمع‌بندی نهایی رسید. افراد مرزی را می‌توان به‌طور کلی با دو ویژگی عمده شناسایی کرد. یکی رفتارهای نمایشی و دیگری رفتارهای ضداجتماعی همچون بزهکاری و دزدی و حتی قتل. اما در بین تایپ‌های شخصیتی مرزی، می‌توان اذعان کرد که تایپ شخصیتی سایکوپات و نیز تایپ شخصیتی نارسیتیک، بیشترین احتمال ارتکاب جرم را دارند، و بدون شک خطری که یک فرد سایکوپات برای جامعه دارد را تقریباً هیچ شخص دیگری ندارد. نانسی مک ویلیامز، یکی از مؤلفین کتاب مرجع PDM در مورد سایکوپاتی می‌نویسد: «افرادی که ساختار شخصیتی آنها در طیف سایکوپاتیک [تمامی تایپ‌های شخصیتی در یک طیف قرار دارند که می‌تواند از وخیم‌ترین حالت خود تا سالم‌ترین حالت ممکن را دربرگیرد] قرار دارد از افراطی‌ترین حالت سایکوتیک، آشفتگی، تکانشی و آزارگری همچون ریچارد چیس که قربانیان خود را تصادفی انتخاب، اعضای بدنشان را مثلثه و خونشان را می‌آشامید (با این هذیان که خون خودش سمی است و بایستی برای نجات جان خودش خون دیگران را بیاشامد) گرفته تا دامنه فریبکاران مؤدب، شیک‌پوش شبیه شخصیت‌هایی که بایاک و هیر (۲۰۰۷) در کتاب «مارهایی زیر آستین» از آنها توصیف کرده است دربر می‌گیرد ... در سال ۱۹۳۹، هندرسون بین سایکوپات‌های «منفعل - انگل‌وار» و زورگوهای پرخاشگر تمایز قائل می‌شود. مثالی که برای نوع اول می‌توان زد سرشاخه‌های یک شرکت هرمی می‌تواند باشد که با ایجاد روابط دوستانه، به دنبال جذب اعضای بیشتری هستند (لااقل تا زمانی که کلاهبرداری آنها آشکار نشده است). به نظر می‌رسد ما نیز به‌عنوان عضوی از افراد این اجتماع، بیش از آنکه توسط افراد بسیار پرخاشگر ضربه بخوریم، از افراد بسیار ماهری که نسخه‌ای از سایکوپاتی هستند رودست می‌خوریم، البته در هر دو گروه (منفعل - انگل‌وار/پرخاشگر و زورگو) گرایش‌های استعمارگرانه وجود دارد. ملاک بورسن (۱۹۷۳) در تشخیص سایکوپات بودن، می‌بایست با اشتغال ذهنی سازمان‌یافته در «فائق آمدن بر دیگری» یا فریب آگاهانه دیگران، بر ماهیت روان‌شناختی و بر شخصیت فرد سایکوپات چیرگی داشته باشد. با درک این مطلب می‌توان پی برد که تشخیص خصوصیات افراد سایکوپات، الزاماً ارتباطی به جنایتکاری آشکار آنها ندارد، بلکه به انگیزه‌های باطنی شخص برای سلطه مربوط می‌شود.» مک ویلیامز همچنین در مورد تایپ شخصیتی نارسیتیک می‌نویسد: «دبلیو، ریچ» (۱۹۳۳) این افراد را با خصوصیات مانند از خودراضی، متکبر، پرنارژی، اغلب با رفتاری تأثیر گذار، تعریف کرده و آنها را افرادی می‌داند که برای جلوگیری از حملات قریب‌الوقوع دیگران، در حمله به آنها پیش‌دستی می‌کنند ... از بارزترین ویژگی‌هایی که به‌نوعی همه افراد نارسیتیک در آن اشتراک وجه دارند، احساس باطنی و یا

به عبارت بهتر، وحشت درونی از بی‌لیاقتی، کمرویی، ضعف و تحقیر است [و به همین علت هم هست که به دنبال آرمانی‌سازی دیگران به‌عنوان موضوع‌های خود، و یا بالعکس پایین کشیدن دیگران تا حد امکان هستند]. رفتارهای جبرانی آنها نیز برای رفع این احساس درونی، باینکه ممکن است از فردی به فرد دیگر به‌شدت متفاوت باشد اما مشغله‌های ذهنی آنها از یک جنس هستند؛ بنابراین اگر افرادی مانند جنیس ژوپلین^۱ و آلکیبیداس^۲ شاگرد خیره‌سر سقراط، از عصرهای مختلفی هستند، اما می‌توان ساختار شخصیت آنها را در دسته افراد نارسیتیک قرار داد.»

و اما جمله پایانی این مقاله را چنین پیش چشم می‌آوریم:

یا باید ظرفیت روانی بالایی داشت و یا شانس بالایی که دست سایکوپات‌ها و نارسیتیک‌ها به دامن ما نرسد. این را می‌توان به‌عنوان داعی در حق بسیاری از انسان‌ها در نظر گرفت، علی‌الخصوص افراد وابسته و نیازمند توجه، از جمله افراد داری تایپ شخصیتی هیسترونیک.

منابع

مک ویلیامز، ن. (۱۳۹۸). **تشخیص روان‌تحلیلی**. غلامرضا جوادزاده. تهران: ارجمند

فیلیس، آ. (۱۳۹۵). **وینیکات**. نهاله مشتاق. تهران: ارجمند

سنت کلم، م. (۱۳۹۸). **درآمدی بر روابط موضوعی و روانشناسی خود**. علیرضا طهماسب و حامد علی آقایی. تهران: نشر نی

شخصیت و مکانیسم‌های دفاعی، دکتر علیرضا طهماسب هلمز، ج و بیتمن، آ. (۱۳۸۸). **درآمدی نو بر روانکاوی**. دکتر علیرضا طهماسب. تهران: نو

شوپنهاور، آرتور. (۱۳۹۷). **درباب حکمت زندگی**. محمد مبشری. تهران: نیلوفر

داستایفسکی، ف. (۱۳۹۷). **جنایت و مکافات**. حمیدرضا آتش برآب. تهران: علمی و فرهنگی

داستایفسکی، ف. (۱۳۹۷). **رنج کشیدگان و خوارشدگان**. محسن کرمی. تهران: نیلوفر

داستایفسکی، ف. (۱۳۹۵). **تسخیرشدگان (شیاطین)**. علی اصغر خیره زاده. تهران: نگاه

Freud, S. (1896) **Heredity and the Aetiology of the Neuroses**. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud 3:141-156

۱. جنیس ژوپلین (۱۹۷۰-۱۹۴۳) خواننده و آهنگ‌ساز آمریکایی و از اسطوره‌های موسیقی راک که بر اثر مصرف بیش از حد هرئوئین درگذشت.

۲. آلکیبیداس کلینیو اسکمونیدس (۴۰۴-۴۵۰ پیش از میلاد) جوان اشراف‌زاده جاه‌طلب، سیاستمدار، سخنران، فرمانده جنگی آتنی و از شاگردان سقراط بود. وی در آتن زادگاهش، به توهین به مقدسات متهم شد، سپس به اسپارت گریخت. او در اسپارت در جایگاه یک رایزن جنگی به خدمت پرداخت و در چند لشکرکشی به آتن، اسپارتیان را همراهی کرد. ولی به‌زودی در اسپارت نیز دشمنان نیرومندی یافت و به ایران رانده شد. در ایران او رایزن ساتراپ ایرانی، تیسافرنس شد. سپس به آتن بازگشت ولی دشمنانش باز او را به تبعید واداشتند. او در فرقیه، به دست دشمنانش ترور شد.



قتل و دستور تهیه‌ی قاتل

یک نگاه زیرچشمی

قاتلان زنجیره‌ای می‌توانند «عمل متمرکز» و یا «روند متمرکز» باشند. همان‌طور که از اسم این روش‌ها مشخص است، قاتلان عمل متمرکز بیشتر به خود به انجام رساندن قتل اهمیت می‌دهند و سریع می‌کشند، و قاتلان روند متمرکز بر پروسه‌ای که قتل طی آن انجام می‌شود متمرکز هستند و قربانیان خود را به آرامی می‌کشند. برای قاتلان عمل متمرکز، مهم‌ترین قسمت ارتکاب قتل، خود عمل کشتن است؛ در این گروه «قاتلان بصری» صداهایی شنیده و یا چیزهایی می‌بینند که آن‌ها را به سمت ارتکاب قتل هدایت می‌کند، و «قاتلان مبلغ» باور دارند موظف‌اند افراد یا گروه‌های خاصی را به قتل برسانند؛ قاتلان عمل متمرکز معمولاً حس می‌کنند در حال انجام نوعی جهاد هستند، مثلاً پاک کردن جهان از فحشا. در نقطه مقابل قاتلان روند متمرکز از شکنجه و مرگ قربانیان خود لذت می‌برند؛ قاتلان شهوت از کشتن لذت جنسی به دست می‌آورند، قاتلان هیجانی از قتل هیجان می‌گیرند، قاتلان سود باور دارند با کشتن چیزی به دست می‌آورند و قاتلان قدرت می‌خواهند برای اجازه زندگی یا مرگ قربانیان تصمیم بگیرند؛ گفته می‌شوند قاتلان قدرت نوعی «عقده خدایی» دارند و قربانیان خود را به آرامی و با شکنجه زیادی می‌کشند زیرا توانایی تصمیم‌گیری برای زندگی و مرگ دیگران به آنها حس قدرتمندی می‌دهد. اکثر قاتلانی که به قربانیان خود تعرض جنسی می‌کنند این کار را نه با انگیزه‌ی لذت جنسی، بلکه برای حس قدرتی که با آن همراه است انجام می‌دهند.

نسترن نیرومند قتل اقدامی است که کمتر کسی به‌طور جدی به آن فکر می‌کند یا در راستای آن دست به عمل می‌زند و حتی تصورش هم برای اکثر افراد سخت است، باین‌حال، هرچند کم، ولی اتفاق می‌افتد. قتل خود دسته‌بندی‌های مختلفی دارد؛ زیرمجموعه قتل‌هایی که بیش از یک قربانی دارد، خود به سه زیرشاخه تقسیم شده است: قتل عام (کشتن حداقل سه نفر در یک زمان و یک مکان که معمولاً «آرام شدن» دوره‌ای خیلی کمی داشته یا در کل این دوره را ندارد)، کشتار یا سلسله قتل‌ها (کشتن حداقل سه نفر در دوره‌ای ۳۰ روزه که معمولاً با جرم‌های دیگری نیز همراه است) و قتل سریالی (کشتن حداقل سه نفر در بازه‌ی زمانی بالای ۳۰ روز، دوره آرام شدن چشم‌گیری دارد که ممکن است هفته‌ها، ماه‌ها و یا حتی سال‌ها طول بکشد). در میان همه‌ی انواع قتل‌ها، قتل سریالی از همه نادرتر و همچنین پیچیده‌تر است. برخلاف دیگر انواع قتل‌ها که ممکن است به‌سادگی قابل توضیح باشند، برای توضیح تصمیم یک فرد برای کشتن تعداد زیادی انسان در یک دوره طولانی، نیاز است به جمع‌بزرگی از امکانات رجوع کرده و آن‌ها را به هم پیوند دهیم. یکی از سوالات بزرگ روان‌شناسان از زمان ظهور روان‌شناسی جنایی در قرن بیستم که ابتدا توسط هیوگو مونستربرگ ارائه شد و از دهه ۱۹۶۰ میلادی به بعد به شکل جدی‌تری مورد مطالعه قرار گرفت، بحث همیشگی طبیعت یا تربیت در راستای توضیح رفتار و انگیزه قاتلان سریالی بود که در ادامه بیشتر به آن خواهیم پرداخت، اما در ابتدا باید کمی بیشتر درباره قاتلان سریالی توضیح دهیم.

به‌طور معمول قاتلان سریالی را بر دو اساس دسته‌بندی می‌کنند؛ انگیزه، و الگوهای سازمانی و اجتماعی. روش دسته‌بندی بر اساس انگیزه به نوع‌شناسی هولمز معروف است و بیان می‌کند



هیوگو مونستربرگ

همان طور که گفته شد روش دیگر برای دسته‌بندی قاتلان زنجیره‌های باتوجه‌به الگوهای سازمانی و اجتماعی است. اف. بی. آی (FBI) توضیح می‌دهد قاتلان به طور معمول یا به‌نوعی اختلال شخصیت ضداجتماعی (معمولاً سایکوپاتی) و یا به سایکوز مبتلا هستند؛ قاتلان سایکوپات به‌طور کلی درست و غلط را تشخیص می‌دهند و می‌دانند ارتکاب قتل اشتباه است، اما اهمیتی به این موضوع نمی‌دهند درحالی‌که قاتلان سایکوتیک از واقعیت جدا شده و از هذیان رنج می‌برند؛ مثال بارزی از قاتلان سایکوتیک ادگین است که باور داشت باید قطعات بدن زانی که کشته بود جمع‌آوری کند تا خودش به یک زن تبدیل شود. مثال دیگر نیکولاس سالوادر است که باور داشت باید سر یک زن را از تنش جدا می‌کرده، چون او هیتلر زنده شده، بوده است؛ او در این زمان از اختلال اسکیزوفرنی پارانوئید رنج می‌برد. قاتلان سریالی را بر اساس منظم و یا بی‌نظم بودن در قتل هم می‌توان تقسیم‌بندی کرد. معمولاً شرحی که از قاتلان زنجیره‌ای در کتاب‌ها و فضای مجازی وجود دارد، ویژگی‌های قاتلان منظم را توضیح می‌دهد؛ این قاتلان قبل از قتل برنامه‌ریزی زیادی انجام می‌دهند، هوش بالایی دارند، شواهد و مدارک قتل را از بین می‌برند، دارای سابقه آزار و کشتن حیوانات در کودکی هستند، به فتیشیسم و پورنوگرافی علاقه زیادی نشان می‌دهند، بخشی از دارایی، مثلاً گوشواره یا موی قربانیان را به‌عنوان نوعی جایزه برای خود نگه می‌دارند، به طولانی کردن مدت شکنجه قربانیان قبل از قتل علاقه زیادی نشان می‌دهند، معمولاً ارتباطات اجتماعی خوبی داشته، همسر و فرزند دارند و بعد از دستگیر شدن اطرافیان آن‌ها را مهربان و کاریزماتیک توصیف می‌کنند، و آن‌قدر اعتمادبه‌نفس دارند که در صورت مصاحبه با پلیس نگران نمی‌شوند و شکی برای آن‌ها ایجاد نمی‌کنند. اما قاتلان بی‌نظم بدون برنامه قبلی دست به قتل زده و تکانشی عمل می‌کنند، معمولاً بهره هوشی پایینی دارند، به‌ندرت بعد از قتل جنازه قربانیان را پنهان می‌کنند و مطمئن می‌شوند که شواهدی علیه آن‌ها در صحنه جرم وجود ندارد، گرایشی به انتخاب نوعی قربانی خاص ندارند، انحرافات جنسی دارند، در طول ارتکاب قتل مضطرب هستند و بعد از آن به مرده‌خواری یا نکروفیلیا (مرده‌خواهی) دست می‌زنند و روابط اجتماعی بسیار ضعیف و دوستان کمی دارند و اطرافیان آن‌ها را عجیب و غریب توصیف می‌کنند. همچنین باید اشاره کرد که با افزایش تعداد قربانیان، ممکن است افراد از قاتلان منظم به قاتلان نامنظم تبدیل شوند. تا اینجا توضیحاتی درباره انواع مختلف قاتلان سریالی داده شد، اما سؤال اصلی بی‌جواب باقی ماند.

چه چیزی باعث می‌شود افراد به قتل روی بیاورند؟ آیا این افراد قاتل متولد می‌شوند یا شرایط محیطی آن‌ها را از کودکانی مظلوم به قاتلانی خونخوار تبدیل می‌کند؟

با نگاهی اجمالی به سرگذشت قاتلان سریالی، می‌توان الگوی بسیار واضحی از دوران کودکی نامناسب مشاهده کرد. طلاق یا رابطه بد بین والدین، از دست دادن والدین (مثلاً نبود پدر که در بسیاری از قاتلان سریالی مشاهده می‌شود)، آزار و شکنجه و عدم وجود مراقبت‌های جسمانی و روانی از کودک همگی فاکتورهای مهمی در سوق یافتن

فرد به سمت قتل و جنایات دیگر است. همچنین پژوهش‌های زیادی که بر قاتلان نوجوان و بزرگسال انجام شده نشان می‌دهد که رفتارهای ضداجتماعی که در کودکی ظهور می‌یابد به‌صورت پایداری در بزرگسالی ادامه پیدا می‌کند. کودکانی که تحقیر شده و یا به‌صورت نامتناسبی تنبیه می‌شوند رشد چشمگیری در احساس بی‌رحمی نشان می‌دهند؛ به طوری که با بررسی تاریخچه قاتلان زنجیره‌ای مشخص شده ۱۰۰٪ آنها نوعی آزار غفلت یا تمسخر و ۵۴٪ آنها آزار بسیار شدید را در کودکی تجربه کرده‌اند. غفلت نیز عاملی بزرگ در سوق دادن کودکان به سمت رفتارهای ضداجتماعی است. طبق نظریه روانکاوی روابط موضوعی، رشد «خود» در کودک به تجربیات کودکی دوره پیش ادیپی با والدین وابسته است؛ بر اساس این نظریه والدین در این دوره دو وظیفه اصلی دارند؛ اول اینکه لذت خود به افعال و علایق نوزاد را به‌صورت آشکار نشان داده و آن‌ها را تشویق کنند. نوزاد باید بتواند توانایی خود در خوشحال کردن چهره مادر و پدر را کشف کرده و از آن آگاه باشد، زیرا این اساس اصلی شکل گرفتن تصویر از خود و عزت نفس در نوزاد است و نبود این عامل در رشد نوزاد باعث ایجاد حس بی‌اعتمادی و اعتمادبه‌نفس کم در کودک خواهد شد. وظیفه دوم والدین این است که زمانی که کودک احساسات منفی را تجربه می‌کند، برای او حمایت کافی را فراهم کنند. این اقدام به کودک اجازه می‌دهد سازمان روانی خود را ایجاد کرده و از آن استفاده کند و در نتیجه یاد بگیرد در آینده چگونه با این نوع از احساسات به‌صورت معقولی دست و پنجه نرم کند. هنگامی که والدین تلاش‌های کودک برای خوشحال کردن آن‌ها را به رسمیت شناخته و در شرایط ناراحت کننده او را حمایت می‌کنند، پدیده‌ای اتفاق می‌افتد که روان‌شناسان به آن «تجربه انعکاس» می‌گویند. در این حالت کودک پاسخ‌های والدین را در خود درونی می‌کند و نتیجه می‌گیرد که «من بی‌نقص هستم». همچنین این بستر به کودک اجازه می‌دهد که والدین خود را تحسین کند و آن‌ها را به چشم افرادی قدرتمند و بی‌نقص ببیند. در نتیجه درونی سازی این تصویر ایده‌آل، کودک نتیجه‌گیری می‌کند که «تو ایده‌آل هستی و قسمتی از وجود من هستی». در این نظریه والدین به‌عنوان «اشیاء خود» در نظر گرفته می‌شوند، یعنی اعمال آن‌ها به‌عنوان حمایتی برای رشد خود نوزاد عمل می‌کند تا زمانی که کودک بتواند یک خود درونی ایده‌آل برای خود تشکیل دهد.

اختلال در این روند ممکن است به آسیب به ساختار خود منجر شود. وقتی کودکان در خلاء تأیید، تحسین و توجه مراقبان اصلی بزرگ می‌شوند به این باور می‌رسند که چیزی که آنها برای ارائه و اشتراک گذاشتن دارند برای دیگران بی‌اهمیت است و این باعث ایجاد احساس شرم و بی‌کفایتی در کودک می‌شود؛ این شرایط در آینده موجب



ایجاد احساس پوچی، درماندگی و آسیب‌پذیری می‌شود که توسط غلاف ضخیمی از رفتارهای ضداجتماعی پنهان می‌شود. این غلاف در واقع مکانیزمی دفاعی است که در واقع از خود تشنه، خشمگین و پوچ در برابر دنیایی ترسناک، تنفرآمیز و تشنه انتقام محافظت می‌کند. همان‌طور که گفته شد غفلت یا آزار از شکل‌گیری ذهنیت ایده‌آل درباره خود و دیگران جلوگیری می‌کند، و این خود می‌تواند باعث شود این کودکان در بزرگسالی سعی کنند خود را به اشیاء خارجی «ایده‌آل و بی نقص» چسبانده و تلاش کنند آن را قسمتی از خود کنند. این ذهنیت می‌تواند رفتار آدم‌خواری یا نکروفیلیا در قاتلان شهوت را توضیح دهد؛ آن‌ها قربانیان خود را ایده‌آل در نظر می‌گیرند و سعی می‌کنند با خوردن یا برقراری رابطه جنسی با آنها، آنها را بخشی از وجود خود کنند. به‌طور کلی تحقیقات نشان می‌دهد قاتلان هیجانی با کمبود تجربه انعکاس و قاتلان شهوت با کمبود ایده‌آل‌سازی در کودکی مواجه شده‌اند. کودک‌آزاری همیشه از نوع روانی یا تنبیه بدنی نیست و می‌تواند آزار جنسی هم باشد به طوری که تحقیقات نشان می‌دهد بیش از ۷۰٪ قاتلان زنجیرهای گزارش می‌کنند در کودکی یک اتفاق جنسی استرس‌زا را مشاهده کرده و یا در آن شرکت داشته‌اند. فریوداولین کسی بود که به رابطه ترامای جنسی در کودکی و رفتار ناپه‌نچار در بزرگسالی اشاره کرد. طبق نظر فریود ممکن است این ترامای جنسی سرکوب شده و بعداً به‌صورت رفتار خشن و یا قتل بروز کند. توضیح اینکه تعرض جنسی می‌تواند باعث ایجاد حس عظیمی از خجالت، درماندگی، ناتوانی و از دست دادن کنترل شود که بعدها می‌تواند فرد را به جستجوی قدرت، کنترل و انتقام در قتل و تعرض جنسی بکشاند. داده‌ها نشان می‌دهد تعداد قابل توجهی از قاتلان قدرت و شهوت سابقه خشونت جنسی در کودکی را دارند و در بزرگسالی، به‌صورت ناخودآگاه کسانی را قربانی می‌کنند که به فرد مسئول در درد جنسی آنها شباهت ظاهری یا اخلاقی دارد. گاهی اوقات ممکن است قربانیان این قاتلان کودکان باشند، در این صورت قاتل آن کودک را به‌عنوان «همه آن چیزی می‌بیند که در خود از آن متنفر است»، و یا تلاش می‌کند درد و رنجی که خود در کودکی تجربه کرده را به کودک قربانی بفهماند. همچنین برخی روان‌شناسان بیان می‌کنند این قاتلان با ارتکاب قتل، به‌صورت ناخودآگاه در آرزوی مرگ خود هستند. جدای از آزار و غفلت، حدود یک سوم قاتلان سریالی در کودکی به‌صورت مکرر نقل مکان می‌کرده‌اند؛ نقل مکان مکرر می‌تواند در کودک باعث ایجاد عقیده بی‌ارزشی افراد و احساسات نسبت به آنها شود و این باور را ایجاد کند که آنها نباید با دیگران ارتباط برقرار کرده و آنها را دوست داشته باشند، چون در این صورت باید آینده نزدیک رنج جدایی از آنها را متحمل شوند. و اما علل زیستی؛ بدن انسان‌ها در موقعیت‌های تنش‌زا، پروسه‌های مختلفی را به راه می‌اندازد که به فرد کمک می‌کند به آن موقعیت واکنش صحیحی

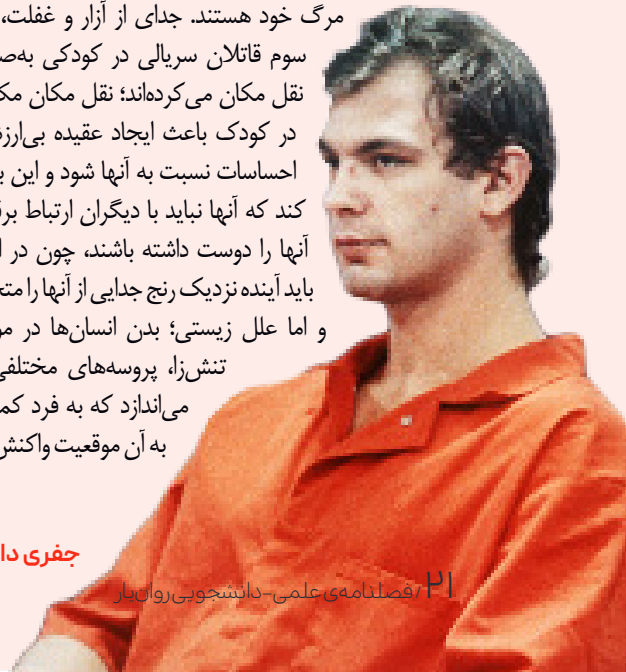
جفری دامر

فصلنامه علمی-دانشجویی روان‌یار

نشان دهد. یکی از شناخته‌شده‌ترین این عملکردها، عملکرد دستگاه عصبی خودمختار در آماده‌سازی بدن برای پاسخ است. به‌طور معمول وقتی افراد آشفتگی دیگران در پاسخ به کارهای آن‌ها را مشاهده می‌کنند، فعالیت دستگاه عصبی خودمختار زیاد شده و از ادامه انجام آن رفتار جلوگیری کرده و حس ناخوشایندی در افراد ایجاد می‌کند؛ این حس ناخوشایند همراه با انجام فعالیت‌های آسیب‌زا، از کودکی برای افراد شرطی‌سازی شده و از انجام اعمال ضداجتماعی بسیاری باز می‌دارد. گروهی از روان‌شناسان معتقدند به دلیل عدم رشد کامل خودآگاه قاتلان سریالی در کودکی، از ابتدا در صورت انجام رفتارهای آسیب‌زا فعال نشده، شرطی نمی‌شود و در آینده تأثیر بازدارندگی نخواهد داشت. همچنین عدم تحریک صحیح دستگاه عصبی در موقعیت‌هایی که باید «خطرناک» درک شود نیز به خودی خود باعث حس ترس کم و عدم پاسخ فرد به احتمال مجازات می‌شود.

دلیلی دیگر که می‌تواند باعث ایجاد رفتارهای ضداجتماعی مثل قتل شود، عدم کارکرد درست مغز است. حدود ۱۰٪ قاتلان سریالی در کودکی ضربه شدید به سر را تجربه کرده‌اند. برای مثال ریچارد رمیرز در کودکی یکبار در دوسالگی و هنگامی که یک کمد به روی او افتاد و یک‌بار در پنج‌سالگی با افتادن از تاب‌بازی ضربه به سر را تجربه کرد که حادثه دوم، باعث ابتلای ریچارد به صرع لوب پیشانی شد. گروهی از محققان اظهار می‌دارند یکی از عناصر مهم دخیل در روی آوردن به قتل، وجود آسیب در لوب پیشانی، هیپوتالاموس و سیستم لیمبیک است که باعث پرخاشگری شدید، از دست دادن کنترل و قدرت قضاوت ضعیف می‌شود. همچنین اختلال در ارتباط بین آمیگدال و قشر جلوپیشانی شکمی می‌تواند کاهش حس همدلی و شرم از رفتارهای نادرست می‌شود. نتایج EEG گرفته شده از تعدادی از قاتلان سریالی این اظهارات را تأیید می‌کند؛ به‌طوری که هر چه قاتل خشن‌تر یا تکانشی‌تر باشد، تعداد موج‌های مغزی غیرنرمال بیشتری از خود نشان می‌دهد.

عامل دیگری که می‌تواند تأثیرگذار باشد، ویژگی‌هایی است که به‌صورت ژنتیکی منتقل می‌شوند. بسیاری از قاتلان سریالی گزارش می‌کنند دست به انجام قتل زده‌اند تا «چیزی را احساس کنند». به این رفتار، رفتار «هیجان‌خواهی» می‌گویند؛ تحقیقات انجام شده بر دوقلوهای پرورشگاهی که در دو خانه متفاوت بزرگ شده و با هم ارتباطی نداشته‌اند نشان می‌دهد که این رفتار به‌صورت ارثی منتقل می‌شود. گرایش به اعتیاد نیز قابلیت انتقال ژنتیکی را دارد و می‌تواند بعدها به‌صورت مستقیم، آن‌طور که تد باندی گزارش می‌کرد به قتل «معتاد است»، و یا به‌صورت غیرمستقیم و با مصرف الکل و مواد مخدر که می‌تواند به مغز آسیب جدی بزند، در سوق دادن فرد به قتل سریالی تأثیر داشته باشد. رفتارهای خشن نیز تا حدی می‌توانند به‌صورت ژنتیکی منتقل شوند؛ تحقیقات بر روی کودکان پرورشگاهی نشان می‌دهد اگر هم والدین بیولوژیکی و هم والدین خوانده کودک خشن باشند، احتمال بروز رفتار مجرمانه در آینده ۴۰٪، اگر تنها والدین بیولوژیکی خشن باشند، احتمال بروز رفتار مجرمانه ۱۲.۱٪، اگر تنها والدین خوانده خشن باشند احتمال بروز رفتار مجرمانه ۶.۷٪ و اگر



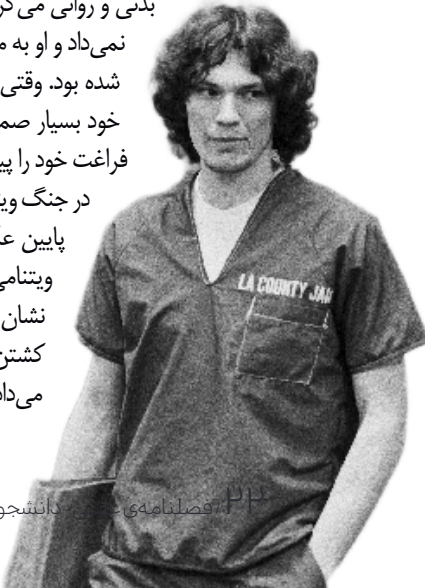
هیچ کدام از این دو خشن نباشند، احتمال بروز چنین رفتارهایی تنها ۲.۱٪ است.

احتمال دخالت اختلالات بالینی که زمینه ارثی زیادی دارند نیز در ارتکاب قتل زنجیره‌ای در برخی پژوهش‌ها بررسی شده است؛ طبق مطالعات، افراد مبتلا به اختلال طیف اوتیسم، اختلال دوقطبی و اختلال وسواسی اجباری به احتمال بیشتری به قتل روی خواهند آورد. برای مثال با اینکه جفری دامر هیچ‌گاه به صورت تخصصی با اوتیسم تشخیص داده نشد، شواهد بسیار زیادی وجود دارد که ابتلای او به سندرم اسپرگر را تأیید می‌کند؛ او در کودکی روابط اجتماعی بسیار ضعیفی داشت و در همه طول زندگی‌اش در یافتن دوست یا شریک عشقی مشکل داشت که می‌تواند یکی از عجیب‌ترین رفتارهای دامر را هنگام قتل توضیح دهد؛ او مجموعه قربانیانش را با مته تجاری سوراخ می‌کرد و سعی می‌کرد با ریختن اسید در سر آنها، حالتی بین مرگ و زندگی برای قربانیان ایجاد کند و در آن حالت با آنها رابطه جنسی برقرار می‌کرد. با این که این آزمایش هیچ‌گاه نتیجه نداد و همه قربانیان هنگام تزریق اسید جان خود را از دست دادند، این رفتار می‌تواند نشانه‌ی واضحی از سختی برقراری ارتباط دامر با دیگران باشد.

با همه این توضیحات، می‌توان گفت هم عوامل زیستی و هم عوامل محیطی در شکل دادن افراد به قاتلان سریالی تأثیر دارند، اما بدون وجود عوامل محیطی احتمال بروز رفتار قتل بسیار پایین و قابل کنترل است. در نتیجه پاسخ ما (و متخصصان) به سؤال «آیا قاتلان، قاتل به دنیا می‌آیند یا در اثر تأثیرات محیطی قاتل می‌شوند؟» روشن است: هیچ کودکی قاتل به دنیا نمی‌آید بلکه در اثر ضربه‌های کودکی، تربیت و شرایط محیطی بد در کنار احتمال وجود عوامل ژنتیکی، به قتل روی می‌آورد.

در ادامه به یکی از بارزترین مثال‌های این ادعا می‌پردازیم:

هنگامی که مادر ریچارد رمیزر باردار بود، در کارخانه‌ی ساخت مواد شیمیایی سمی کار می‌کرد؛ او زمانی که پنج‌ماهه باردار بود یک‌بار بر اثر این مواد غش کرد. بعد از متولد شدن ریچارد، همان‌طور که گفته شد او دو بار ضربه شدید به سر را تجربه کرد و به صرع مبتلا شد. پدر و پدربزرگ ریچارد افرادی بسیار خشن بودند و مرتباً او را تنبیه بدنی و روانی می‌کردند، مادر او نیز اهمیت زیادی به او نمی‌داد و او به معنای واقعی کلمه مورد غفلت واقع شده بود. وقتی ریچارد کمی بزرگتر شد با عمومی خود بسیار صمیمی شد، به طوری که اکثر اوقات فراغت خود را پیش او می‌گذراند. عمومی ریچارد که در جنگ ویتنام خدمت کرده بود، از سنین بسیار پایین عکس‌هایی از جسد قربانیان بی‌گناه ویتنامی که به طرز فجیعی کشته بود به او نشان می‌داد و همه جزئیات قتل‌ها، روش کشتن، و تجاوز به زنان را به او توضیح می‌داد. وقتی ریچارد تنها ۱۲ سال داشت،



ریچارد رمیزر

عمومیش همسر خود را با شلیک گلوله به سر کشت؛ ریچارد به طور کامل شاهد این حادثه بود، در واقع زن عمومیش دقیقاً جلوی چشم او، در همان اتاق کشته شده بود. در سنین کودکی پسرعموی ریچارد او را با پورنوگرافی بسیار خشن، فetišیسم و تجاوز آشنا کرد و در نوجوانی شروع به مصرف بسیار زیاد مواد مخدر کرد؛ او پیش از دستگیری برای قتل، برای دزدی هم دستگیر شده بود. روند قتل‌های رمیزر اینگونه بود که به اکثر قربانیان خود (قبل یا بعد از مرگ) تجاوز کرده، از خانه آنها دزدی می‌کرد و سعی می‌کرد نوعی نماد از شیطان‌پرستی به جای بگذارد؛ البته بازجویان و متخصصان معتقدند او واقعا شیطان‌پرست نبوده و این کار را فقط برای جلب توجه، آنگونه که در مصاحبه‌های او هم کاملاً مشخص است، انجام می‌داده است. نکته جالب توجه این است که اولین قربانی رمیزر، دختری ۹ ساله بود. با گذر از تاریخچه زندگی رمیزر روشن است حتی با وجود آسیب‌های زیستی، این در واقع اطرافیان او بوده‌اند که کودکی آسیب‌پذیر را به یک قاتل بی‌رحم تبدیل کرده‌اند.

منابع

Allely, C. S., Minnis, H., Thompson, L., Wilson, P., & Gillberg, C. (2014). Neurodevelopmental and psychosocial risk factors in serial killers and mass murderers. *Aggression and Violent Behavior*, 19(3), 288–301.

Edens, J. F., Skeem, J. L., Cruise, K. R., & Cauffman, E. (2001). Assessment of “juvenile psychopathy” and its association with violence: a critical review. *Behavioral sciences & the law*, 19(1), 53–80.

Keatley, D. A., Golightly, H., Shephard, R., Yaksic, E., & Reid, S. (2021). Using Behavior Sequence Analysis to Map Serial Killers' Life Histories. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(5–6), 2906–2928.

Knight, Z. G. (2006). Some thoughts on the psychological roots of the behavior of serial killers as narcissists: An object relations perspective. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 34(10), 1189–1206.

Lynam, D. R., & Gudonis, L. (2005). The development of psychopathy. *Annual review of clinical psychology*, 1, 381–407.

Loney, B. R., Taylor, J., Butler, M. A., & Iacono, W. G. (2007). Adolescent psychopathy features: 6-year temporal stability and the prediction of externalizing symptoms during the transition to adulthood. *Aggressive behavior*, 33(3), 242–252.

Marono, A. J., Reid, S., Yaksic, E., & Keatley, D. A. (2020). A Behaviour Sequence Analysis of Serial Killers' Lives: From Childhood Abuse to Methods of Murder. *Psychiatry, psychology, and law: an interdisciplinary journal of the Australian and New Zealand Association of Psychiatry, Psychology and Law*, 27(1), 126–137.

Mitchell, H., Aamodt, M.G. (2005). The incidence of child abuse in serial killers. *J Police Crim Psych* 20, 40–47.

Pauls D. L. (2010). The genetics of obsessive-compulsive disorder: a review. *Dialogues in clinical neuroscience*, 12(2), 149–163.

Schulsinger, F. (1972). Psychopathy: Heredity and Environment. *International Journal of Mental Health*, 1(1/2), 190–206.

Ürmösné Dr. Simon, Gabriella. (2020). Portrayal and Attributes of Serial Killers and Some of the Most Notorious Ones. *Internal Security*, 12, 46–47.

اسم	منظم / نامنظم	سابقه آزار فیزیکی	سابقه آزار جنسی	سابقه آزار روانی	سابقه غفلت
چارلز آلبرایت	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
سیزار بارون	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
هربرت باومایستر	نامنظم	بله	خیر	بله	خیر
آرتور بیشاپ	هر دو	خیر	خیر	خیر	خیر
لارنس بیشاپ	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
ویلیام بونین	منظم	بله	بله	خیر	بله
دیوید کارپنتر	هر دو	بله	خیر	بله	خیر
داگلس کلارک	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
کارول ادوارد کول	منظم	بله	خیر	بله	بله
دین کورل	نامنظم	خیر	خیر	بله	خیر
جفری دامر	نامنظم	خیر	بله	خیر	خیر
وسلی الن داد	منظم	بله	خیر	بله	بله
لری آیلر	منظم	بله	خیر	بله	خیر
لورنزو فین	نامنظم	بله	بله	بله	بله
کندال فرنسوا	نامنظم	خیر	خیر	خیر	خیر
جان وین گپسی	منظم	بله	بله	بله	خیر
جرالد گاله گو	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
کارلتون گری	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
دونالد گسکینز	هر دو	بله	بله	بله	خیر
هاروی گلاتمن	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
رابرت هنسن	هر دو	خیر	خیر	بله	خیر
چارلز هچر	هر دو	بله	خیر	خیر	خیر
گری هیدنیک	هر دو	بله	خیر	بله	بله
رابرت بیتز	منظم	خیر	بله	خیر	خیر
چارلز یالک	منظم	بله	خیر	بله	خیر

اسم	منظم / نامنظم	سابقه آزار فیزیکی	سابقه آزار جنسی	سابقه آزار روانی	سابقه غفلت
ادموند کمپر	هر دو	خیر	خیر	بله	خیر
رندی گرفت	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
لوئیس لنت	هر دو	خیر	بله	بله	خیر
بابی جو لانگ	هر دو	خیر	بله	بله	خیر
کنث مک داف	هر دو	خیر	خیر	خیر	خیر
وین نانس	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
اریک ناپولتانو	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
دارن اونیل	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
کارل پنزرم	نامنظم	بله	بله	خیر	بله
چارلز رثبان	هر دو	خیر	خیر	خیر	خیر
رابرت بن رودز	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
جوئل ریفکین	منظم	خیر	خیر	خیر	خیر
گلن راجرز	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
دنی رولینگ	هر دو	بله	خیر	بله	خیر
مایکل راس	منظم	بله	بله	بله	خیر
جورج راسل	هر دو	خیر	خیر	خیر	بله
جرالد شافر	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
آرتور شاوگراست	نامنظم	خیر	خیر	خیر	خیر
ویلیام ساف	منظم	خیر	خیر	بله	خیر
تیموتی اسپنسر	نامنظم	خیر	خیر	خیر	خیر
هنری والس	منظم	بله	بله	خیر	خیر
فاریون واردریپ	نامنظم	خیر	خیر	خیر	خیر
لزلی وارن	منظم	بله	خیر	بله	خیر
جیمز وود	نامنظم	خیر	بله	خیر	خیر
رندال وودفیلد	هر دو	خیر	خیر	خیر	خیر

هیبریستوفیلیا

به تیغم گرگ شد دستش نگیرم!

کابوس بیرون آمده باشد: بدن برهنه‌ی لینی با کبودی‌هایی که نشان از ضرب و شتم می‌داد در یک وان پر از شن و خاک دفن شده بود.

ایچی‌های پس از قریب به ۲ سال تعقیب و گریز و یک تغییر چهره‌ی ناموفق، سرانجام دستگیر و به جرم قتل و تجاوز، به حبس ابد محکوم می‌شود.

معمولاً مجرمان پس از دستگیری، به خصوص کسانی که انگ تجاوز به عنف را در پرونده‌ی خود دارند، در بین افراد جامعه تبدیل به نمادی از گناه و عصیان می‌گردند، از آن‌ها با تنفر و گاه ترس یاد می‌شود و اکثریت مردم خواستار مجازات علنی آن‌ها می‌شوند.

اما با این حال، حاشیه‌های بعد از دستگیری مجرم ما به گونه‌ای دیگر رقم خورد. به نقل از مقاله‌ای که سایکولوژی تودی، تنها چند ماه پس از بازداشت تستویا ایچی‌های منتشر کرد، ایچی‌های حالا در میان قشری از ژاپنی‌های جوان، تبدیل به یک قهرمان شده بود. قهرمانی که از او با لقب‌های «ایچی ساما» (جناب ایچی) و یا «توبو اوچی» (شاهزاده‌ی فراری) یاد می‌شد. دخترها در وبلاگ‌های شخصی خود با شوق و ذوق از او می‌نوشتند، گاه علی‌رغم اعتراضات صریح خود ایچی‌های، جرایم او را انکار می‌کردند و او را برای ارتکاب چنین کارهایی «بیش از حد مهربان» می‌دانستند:

«وقتی اون دستگیر شد، با اون موهای آشفته و زاویه فک‌اش واقعاً جذاب به نظر می‌رسید...»

«ایچی ساما واقعاً باحاله»

«می‌دونستین وقتی سگ ایچی ساما مُرد، اون نشست و کلی براش گریه کرد؟! دوست‌داشتنی نیست؟»

و...

در این گونه مواقع، که واکنش‌هایی از این دست در جامعه، عقل سلیم را به چالش می‌کشند، این روان‌شناسی است که برای توجیه شرایط به کمک‌مان می‌آید.

آیو ماتسوموتو، روان‌شناس بالینی اهل ژاپن می‌گوید: «به نظر

می‌رسد که مردم در ژاپن، از هر کسی که پیش

به تلویزیون و رسانه باز می‌شود، نوعی قهرمان

یا «ستاره» می‌سازند و به نوعی قادر نیستند

و یا نمی‌خواهند که مرگ خانم هاو کر را به

ایچی‌های ربط دهند. همچنین بسیاری

از دختران و زنان جوانی که در دفاع

از ایچی‌های پُست می‌گذارند، او

آتوسا قیصری | سال ۲۰۰۷ بود که یکی از هولناک‌ترین قتل‌های دهه در شهر چییای ژاپن رخ داد. قتلی که رسیدگی به پرونده‌ی آن تا چهار سال به طول انجامید، مردم دو کشور را در بهت و وحشت فرو برد، موضوع داغ بسیاری از رسانه‌های دنیا شد و حتی پس از ختم پرونده هم خالی از حاشیه نبود. همه چیز از آن جا شروع شد که لینی آن هاو کر، دختر بیست و دو ساله‌ی انگلیسی تصمیم می‌گیرد که پس از اتمام تحصیلات دانشگاهی خود در رشته‌ی زیست‌شناسی، به ژاپن برود و به عنوان یک معلم زبان انگلیسی در آن جا کار کند. تصمیمی ماجراجویانه که عاقبت خوشی برای او رقم نزد. البته، افسوس که لینی می‌توانست تدریس و زندگی در ژاپن را به عنوان تجربه‌ای خاص و تکرار ناشدنی، با خود به انگستان ببرد اگر تنها به درخواست تاتسویا ایچی‌های ۲۸ ساله توجهی نمی‌کرد. پسر جوانی که لینی را از ایستگاه قطار تا خانه‌اش تعقیب کرده بود و از لینی خواهش کرد که به او انگلیسی درس دهد. لینی پس از کمی دودلی، پیشنهاد مرد عجیب را می‌پذیرد و با او در کافه تریا برای یک جلسه تدریس زبان انگلیسی قرار می‌گذارد. لینی به پول نیاز داشت و ایچی‌های به او مبلغ خوبی در ازای تدریس زبان پیشنهاد کرده بود. در انتهای کلاس ایچی‌های با خجالت عنوان می‌کند که دستمزد لینی را در خانه‌اش جا گذاشته است و اگر او مایل باشد، می‌تواند با تاكسی به خانه‌ی ایچی‌های بروند و پولی که قول داده بود را به لینی بدهد. ایچی‌های، لینی را به آپارتمانش دعوت می‌کند. آپارتمانی که دیگر هیچ وقت از آن خارج نشد...

طولی نمی‌کشد که همه، از مدیر آموزشگاهی که لینی در آن کار می‌کرد، تا هم‌اتاقی‌هایش در ژاپن و دوستان و خانواده‌اش در انگستان از ناپدید شدن لینی نگران می‌شوند و پلیس وارد ماجرا می‌شود. پلیس با مصاحبه با هم‌اتاقی‌های لینی، پی می‌برد که او شاگرد مرموزی به نام تاتسویا ایچی‌های داشته است که در واقع محتمل‌ترین مضمون این پرونده بود. پلیس برای بازجویی به خانه‌ی ایچی‌های می‌رود اما مجرم به محض دیدن مأموران، فرار می‌کند و هیچ کدام از افراد پلیس نمی‌توانند او را دستگیر کنند. در عوض، پس از بازرسی محل، در بالکن خانه‌ی ایچی‌های، با چنان صحنه‌ی هولناکی روبه‌رو شدند که انگار یک‌راست از

دستگیری تاتسویا ایچی‌های

کتاب فصلنامه‌ی علمی-تخصصی جوی روان‌یار



روان‌یار
RAVANBAR

لینی آن هاو کر



را یک «پسرک تنها و درمانده» تصور می‌کنند و به این تصور دل می‌بندند. می‌توان گفت که در این زنان جوان نوعی «غریزه‌ی مادری و نیاز به مراقبت کردن» نسبت به این مجرم جوان شکل گرفته است.»

هر چند که این نخستین بار نیست که در یک کشور، شاهد این واکنش اجتماعی عجیب هستیم. یا را که از سرزمین آفتاب بیرون بگذاریم به آمریکا و قاتلانی مثل ریچارد رامیرز و جفری دامر، چارلز منسون و تد باندی می‌رسیم که در طول دوران محکومیت خود صدها نامه‌ی عاشقانه، هدیه و... از طرفداران خود - که اکثراً زن بودند - دریافت می‌کردند.

شاید کلی‌ترین و مشخص‌ترین توصیفی که از این گونه افراد داریم «هیپرستوفیلیا» باشد، «مجرم دوستی» یا «هیپرستوفیلیا» نوعی انحراف جنسی به شمار می‌آید که در آن برانگیختگی و لذت جنسی تنها از راه ارتباط با فردی مجرم و جنایت‌کار حاصل می‌شود. در این انحراف که با نام «سندروم بانی و کلاید» هم شناخته شده است، فرد گرایش شدیدی به کسانی پیدا می‌کند که نشانه‌هایی از «صفات تاریک شخصیتی» را از خود نشان می‌دهند؛ صفاتی که شامل: خودشیفتگی، ماکیاولیسم و اختلالات فکری و روانی می‌شوند.

به طور کلی، در مورد علل و زمینه‌های مجرم‌دوستی، بحث‌های زیادی شده است. مجله‌ی سایکولوژی تودی در سال ۲۰۱۲ با انتشار مقاله‌ای تحت عنوان «چرا برخی از زنان عاشق قاتلان زنجیره‌ای می‌شوند؟» به شرح برخی از این علل پرداخت.

یک فرضیه، پای همان ماجرای «پسرک آسیب‌دیده» را وسط می‌کشد که پیش‌تر هم به آن پرداختیم: برخی زنان با دفاع و ابراز عشق خود نسبت به جنایتکاران طرد شده، حس مادری را در خود ارضا می‌کنند. تصور زنان مجرم‌دوست از مجرم نه فردی خاطی و سزاوار تنبیه، بلکه یک کودک زخم‌خورده و نیازمند محبت است که چه بسا با علاقه و توجه مادرانه، آرام بگیرد و حتی تغییر کند. ریشه‌ی این ادعا را می‌توان در روان‌شناسی تکاملی یافت. با توجه به سیر تکاملی بشر و تفاوت‌های زیست‌شناختی دو جنس، همواره این زنان بوده‌اند که نقش «مراقب و پرستار» را ایفا کرده‌اند و بنابراین وجود غریزه‌ی مادری در زنان، می‌تواند «زمینه‌ای» برای گرایش آن‌ها به طردشدگان و زخم‌خوردگان باشد.

فرضیه‌ای دیگر که نسبت به فرضیه‌ی قبلی، کمتر نوع‌دوستانه و بیشتر خودمحورانه است با «شهرت‌دوستی و خودشیفتگی» ارتباط پیدامی‌کند. چارلز منسون، تد باندی، جفری دامر و... این‌ها نام‌هایی هستند که برای سال‌های سال فراموش نشده‌اند و کمتر کسی است که حداقل یک بار از جنایات آن‌ها



داستانی نشنیده باشد. بنابراین فرض، برخی زنان حاضر به رابطه و حتی ازدواج با مجرم می‌شوند تنها به این خاطر که برای آن‌ها شهرت و اعتبار رسانه‌ای به همراه آورد. اعتباری که چه بسا بعدها برای آن‌ها، فرصتی برای نوشتن یک کتاب یا ساخت یک فیلم مستند در مورد تجربیات هیجان‌انگیزشان در کنار یک قتل نامدار را فراهم کند. در این صورت، بدون اینکه دستشان به خونی آلوده شود - برخلاف معشوق جنایت‌کارشان - برای خود شهرتی دست‌وپا می‌کنند.

و اما می‌رسیم به فرضیه‌ای تحت عنوان «تمایل به جفت سلطه‌گر»، که میل زنان به مردان مجرم را این گونه تبیین می‌کند: برخی از زنان به علت عزت نفس پایین، ترجیح می‌دهند که خود را بیشتر «تابع و پیرو» بدانند تا پیشرو. به طور کلی کسانی که تصور ضعیفی از خود دارند، نقش خود در رابطه‌ی عاشقانه را بی‌اهمیت می‌انگارند و در نتیجه راحت‌ترند که به یک جفت قوی، خشن و غالباً خودشیفته جذب شوند که هدایت رابطه را بر عهده می‌گیرد. از آن جایی که «قتل» یا «تجاوز» از جرایمی هستند که نمایانگر نهایت سلطه بر قربانی‌اند، مجرمانی که این گونه اعمال را مرتکب می‌شوند، در چشم افراد با ذهنیت ضعیف و متأثر، توانمند و جذاب به نظر می‌آیند.

علی‌رغم همه‌ی این توجیه‌ها، به نظر می‌رسد که نقش عملکرد ناهشیار زنان در گرایش به مجرمان به اندازه‌ی نقش هشیار آن‌ها زیر ذره‌بین قرار نگرفته است. به ظاهر، عموم زنان، مرد ایده‌آل خود را با ملاک‌های نسبتاً معقول و مشابهی توصیف می‌کنند: کسی که مهربان، همدل، باملاحظه و محترم باشد. اما به باور روان‌شناسان تکاملی، سیم‌کشی طبیعت زنان به گونه‌ای تکامل یافته است که بسیاری از آن‌ها را مستعد گرایش به «پسر های بد» می‌کند. احتمالاً به این خاطر که زن غارنشین درون آن‌ها، اخطار می‌دهد که «مرد توسری خور، در یک چشم به هم زدن، خوراک ببر تیز دندان می‌شود». اما در این‌جا مسئله‌ای مطرح می‌شود و آن هم این است که حتی اگر این گونه باشد که زنان به علت یک سری زمینه‌های تکاملی، مردان قوی را به مردان ناکارآمد ترجیح می‌دهند، آیا باز هم کسانی مثل قاتلان سریالی، جانیان و متجاوزان بیش از حد برای زنان خشن نیستند؟

اوگی اوگاس عصب‌شناس آمریکایی، در کتاب «یک میلیارد فکر شیرانه» چنین می‌نویسد «مشخص شده است که ارتکاب قتل، می‌تواند وسیله‌ی موثری برای برانگیختن توجه بسیاری از زنان باشد، عملاً همه‌ی قاتلان مشهور سریالی، از تد باندی گرفته تا چارلز منسون از زنان طرفدارشان نامه‌های عاشقانه دریافت می‌کردند.»

ردپای این ماجرا در رمان‌ها و داستان‌های عاشقانه هم به وفور دیده می‌شود. دسته‌ای از این رمان‌ها که بسیار در میان زنان محبوب هستند و به تعداد نجومی به فروش می‌روند، روایت‌های تکراری از یک شخصیت مرد سنگدل و خشن هستند که به مرور و با لطافت و حمایت معشوقه‌ی خود، چهره‌ی مهربان خود را آشکار می‌کنند. محبوبیت این سبک از داستان‌ها، علاوه بر آن که با جنبه‌ی اروتیک و جنسی آن‌ها، در ارتباط است (که به خودی خود از لحاظ آسیب‌شناسی قابل تأمل است)، نمایانگر این موضوع نیز هست که برخی زنان

ریچارد رامیرز در دورانی که در انتظار حکم اعدام بود ازدواج کرد. دوربین لویی، پس از تماشای مصاحبه ریچارد در تلویزیون به او علاقه مند شد. لویی در طول ۱۱ سال، ۷۵ نامه برای ریچارد نوشت.

را در حد تصور (فانتزی) جذاب بدانند یا به طور موقت جذب جنبه‌های هیجان‌انگیز جنسی این روابط شوند، اما تعداد اندکی هستند که پا را از دنیای فانتزی بیرون می‌گذارند و به طور کامل تسلیم غرایز بدوی و «زن غارنشین» درون خود می‌شوند.

منابع

Schrader, J. (2010). *The 'Sexy' Strangler: A confessed killer is Japan's newest cult hero*. <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/stuck/201002/the-sexy-strangler>

Seltzer, L. F. (2012). *Why Do Women Fall for Serial Killers?: Women frequently betray a strong erotic preference for dominant males*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/evolution-the-self/201204/why-do-women-fall-serial-killers>

Griffiths, M. D. (2013). *Passion Victim: A brief look at hybristophilia*. <https://www.psychologytoday.com/us/blog/in-excess/201310/passion-victim>

Hybristophilia. <https://en.wikipedia.org/wiki/Hybristophilia>

ناخودآگاه و برخلاف آن چه آشکارا نشان می‌دهند، به سوی مردان خونسرد، کنترل‌گر و بی‌عاطفه جذب می‌شوند. وقتی این گونه‌رمان‌ها را ورق بزنیم، نقطه‌ی مشترک دیگری میان این شخصیت‌های قهرمان مرد می‌یابیم و آن «مهارت» است. مهارت در ورزش، کار و یا کسب ثروت. داستان از این‌جا جالب می‌شود که قاتل‌های سریالی نیز به نوبه‌ی خود، وقتی پای از میان بردن، مخفی‌کاری و شست‌وشوی ذهنی مردم به میان می‌آید، افراد ماهری به حساب می‌آیند. نکته‌ی دیگر آن که هر چه زنان جوان‌تر باشند، بیشتر به ترکیب «سلطه‌گری و مهارت» بها می‌دهند و آن را جذاب می‌دانند.

در این‌جا می‌توانیم گریز دیگری به روان‌شناسی تکاملی بزنیم و مسئله را این‌گونه توجیه کنیم که در گذشته، این که زنان همسرانی قوی و چیره‌دست انتخاب کنند که به بهترین شکل از آن‌ها و فرزندانشان محافظت نمایند اهمیت حیاتی داشت. اما امروزه و با گذر از دوران یخ و ببر، زنان بسیار مستقل‌تر از گذشته هستند و آزادی این را دارند که در انتخاب شریک زندگی علاوه بر معیارهای مادی، به معیارهای عاطفی و معنوی هم توجه کنند.

هرچند آن سیم‌کشی خاصی که پیش‌تر از آن گفتیم، قابلیت این را دارد که بر ذهنیت برخی از زنان چیره‌شود و نقش دستاوردهای عصر مدرن را خنثی کند، کما اینکه روان‌شناسان روزانه با زنان بسیاری مواجه می‌شوند که از ضعف و تأثیرپذیری خود در برابر مردان سلطه‌جو (و نه لزوماً مجرم)، ابراز افسوس می‌کنند.

با تمام این اوصاف، نمی‌توان مجرم‌دوستی را به تمامی زنان نسبت داد. بسیاری ممکن است رابطه با یک مجرم کاریزماتیک و حرفه‌ای

تد باندی (قاتل سریالی معروف) در جلسه‌ی محاکمه



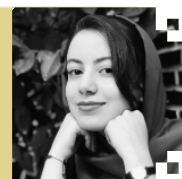
تخت خوابت را مرتب کن!

نگاهی به کتاب‌های خودیاری

بخش بزرگی از انتشارات عامه‌پسند به موضوع روان‌شناسی عامه‌پسند و خودیاری اختصاص دارد که در پاسخ

سارا فتاحی

دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه اصفهان
sfatahisara@gmail.com



عطش جامعه به آگاهی روان‌شناختی و رشد شخصی ارائه می‌شوند و اغلب بر راه و روش شاد زیستن و اصول موفقیت در کمترین زمان ممکن اصرار می‌ورزند. نویسندگان این کتاب‌ها مشاوران و سخنرانانی هستند که نه به دلیل تحصیلات دانشگاهی بلکه به دلیل تصویری که از خود نشان می‌دهند، روان‌شناس شناخته می‌شوند و بنابراین انتظار می‌رود ماهیت این کتاب‌ها کاملاً علمی نباشد و حتی توأم با کج‌فهمی یا سوء تفسیر باشند (حریری و کرکوتی، ۱۳۹۴). بعضی پژوهش‌ها نتایج متناقضی در مورد مفید یا غیرمفید بودن کتاب‌های خودیاری نشان می‌دهند (برگسما، ۲۰۰۷) اما نتایج تحقیقات دیگر از سودمندی این کتاب‌ها حکایت دارد (آرکوویتز و لیلینفلد، ۲۰۰۶؛ ریچاردسون، ریچاردز و بارکام، ۲۰۱۰). اما از طرفی به روش پژوهش‌هایی که به این نتایج ختم شده انتقاد شده است، برای مثال به جمعیت نمونه، بررسی مشکلاتی که اختلال روانی محسوب نمی‌شوند و غیره اشاره شده است (آرکوویتز و لیلینفلد، ۲۰۰۶) و همچنین در پژوهشی دیگر ذکر شده استفاده از کتاب‌های خودیاری بدون حمایت و راهنمایی یک متخصص اثربخش نیست و همچنان باید برای اصلاح این کتاب‌ها کوشید (ریچاردسون، ریچاردز و بارکام، ۲۰۱۰).

یافته‌های پژوهشی، نشان داد که علل گرایش به کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند از هر دودسته علل اجتماعی و فردی سرچشمه می‌گیرد و مهم‌ترین عامل اجتماعی مطالعه

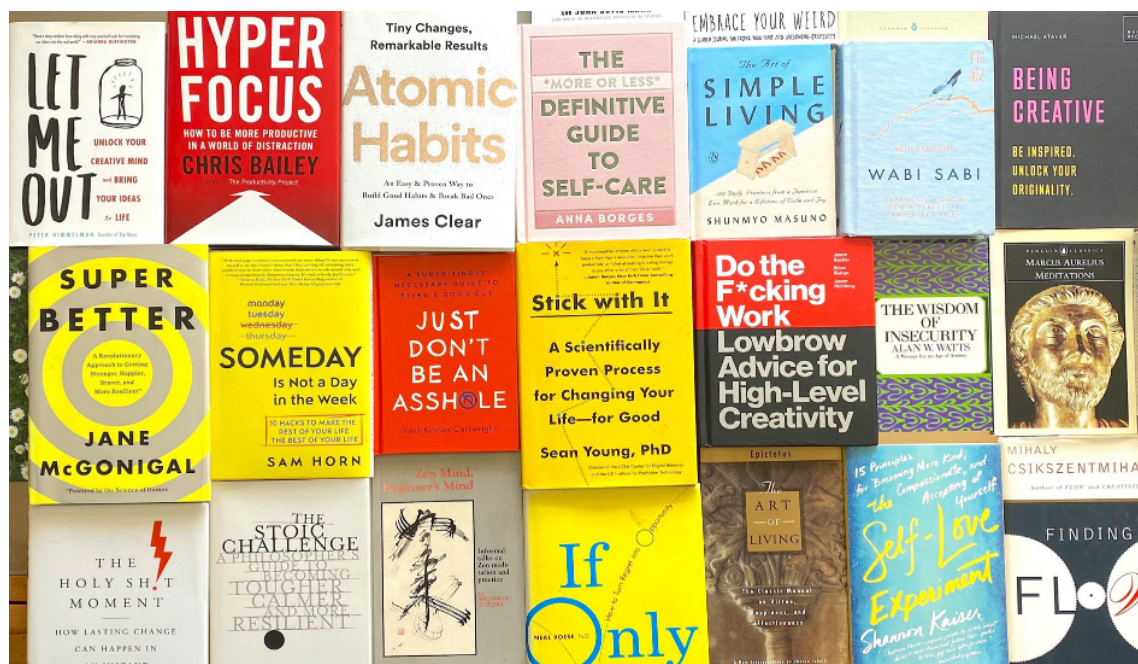
کتاب‌های روان‌شناسی عامه‌پسند، مطالعه این گونه کتاب‌ها از سوی اعضای خانواده و بعد از آن رسانه‌های جمعی بوده است (حریری و کرکوتی، ۱۳۹۴). از دیگر دلایل گرایش به کتاب‌های خودیاری و ادبیات عامه‌پسند می‌توان به موارد زیر اشاره کرد.

هزینه: هزینه کتاب‌های خودیاری در مقایسه با خدمات مشاوره و روان‌شناسی پایین‌تر است.

در دسترس بودن: این دست کتاب‌ها به راحتی در دسترس هستند و می‌توانید تقریباً در هر زمان و مکانی آن‌ها را مطالعه کنید.

حریم خصوصی: یک راه‌حل «نوشته شده» برای مشکلات شما که بدون نیاز به عمومی کردن مشکل و بدون نیاز به روان‌شناس و پزشک می‌توانید از آن استفاده کنید.

هیجان: کتاب‌های خودیاری اغلب جزء پرفروش‌ها حساب می‌شوند و خواندن آن‌ها ممکن است به شما حس «عضو گروه» بودن را بدهد (برگسما، ۲۰۰۷).



چرا نباید به سراغ کتاب‌های خودیاری برویم؟

فلورین تیدمن (۲۰۲۰)، متخصص روان‌شناسی بالینی از دانشگاه اوترخت هلند، در انتقاد به کتاب‌های خودیاری این گونه می‌نویسد: به دلایلی ما اغلب به اشتباه فکر می‌کنیم که کتاب‌های خودیاری باهدف کمک به ما نوشته شده‌اند؛ درحالی‌که این صنعت میلیاردری، تنها یک ابزار مارکتینگ دیگر است. افراد این صنعت عمدتاً برای تبلیغ سخنرانی‌ها و وب‌سایت‌هایشان کتاب می‌نویسند، زیرا علاوه بر اینکه منبع درآمد بزرگ‌تری هستند، به‌عنوان «نویسنده کتاب...» نیاز دارند. قبل از خرید کتاب‌ها از فروشگاه‌های اینترنتی یا کتاب‌فروشی، باید با نگاه به عکس ادیت شده روی جلد آن‌ها مکث کنید؛ آیا این کتاب، حتی اگر از فروش‌های نیویورک تایمز باشد، ارزش پول و مهم‌تر از آن وقت شما را دارد؟ منظورمان این نیست که تمام کتاب‌های خودیاری فاقد ارزش هستند؛ همیشه استثناهایی وجود دارد، چیزی که ما بیان می‌کنیم این است که شما باید در مورد اینکه چگونه این کتاب‌ها باعث صدمه به شما، برای نفع خود می‌شوند، آموزش ببینید؛ سپس به صورت موردی برای انتخاب هر کتاب تصمیم آگاهانه بگیرید. از دلایلی که خواندن کتاب‌های خودیاری توصیه نمی‌شود، می‌توان به موارد زیر اشاره کرد.

۱. هدر دادن وقت!

ممکن است اقرار به اینکه مطالعه کتاب می‌تواند وقت شما را تلف کند، طعنه‌آمیز به نظر برسد اما اصل ماجرا این است که کتاب‌های خودیاری به طور غیر ضروری از کلمات پر می‌شوند، شاید برای بعضی حکایتی از شرایطی که نویسنده به این ایده رسیده است، جذاب باشد، ولی اغلب این طور نیست. نویسندگان این کتاب‌ها هرگز اصل مطلب را بیان نمی‌کنند بلکه ساعت‌ها پیرامون موضوع صحبت می‌کنند و سپس چیزی را که شما از قبل می‌دانستید به شما تحویل می‌دهند که البته اکنون با ۸ عبارت جدید آنها را

می شناسید! اکثر کتاب های خودیاری رامی توان در الگوی زیر خلاصه کرد:

Lowest point in your life > Changed this on thing > Look at me now, you can be this too!

۲. راه حل سطحی بدون اثر طولانی

این نقد بیشتر به ما، به عنوان خواننده کتاب های خودیاری وارد است تا نویسندگان آنها. ما با خواندن کتاب خودیاری، خود را ملزم می کنیم از همان مسیر ذکر شده عبور کنیم و فکر می کنیم که این کار به منزله خود به سازی و رشد است؛ به سادگی خواندن یک کتاب! شاید فهرستی از سپاسگزاری تهیه و «انه» گفتن را شروع کنیم و فکر کنیم در نیمه های راه هستیم، در حالی که این طور نیست.

«تنها کاری که باید انجام دهید تا بهترین خود شوید!»

«تنها با اعمال این تغییر، ظرف یک سال ثروتمند شوید.»

بزرگترین مشکل کتاب های خودیاری این است که افراد را از جست و جوی کمک حرفه ای، مراجعه به متخصص و دریافت درمانی که شدیداً به آن نیاز دارند بازمی دارند. شما نمی توانید افسردگی، ضربه روحی و اضطراب را با یک کتاب درمان کنید، شاید درمانگر شما کتابی در رابطه با افسردگی به شما پیشنهاد کند، اما این در کنار درمان است نه به جای او.

۳. کمبود اعتبار علمی

با در نظر گرفتن موارد استثنا، بسیاری از نویسندگان کتاب های خودیاری، هیچ آموزش مربیگری زندگی، آموزش روان شناسی یا اموری از این دست ندیده اند. با این حال با استفاده از موضع قدرت خود، ناامنی های مردم را طعمه و ادعای کنند همه پاسخ هارامی دانند. این واقعاً می تواند خطرناک باشد زیرا مردم تحت تأثیر قرار می گیرند و هر آنچه شما می گوئید

باور می‌کنند. به‌عنوان دانشجویان روان‌شناسی به شما می‌گوییم که برای همه سال‌های یادگیری و آموزش، دلیلی وجود دارد، زیرا شما وارد موضع قدرت می‌شوید، جایی که هر چیزی می‌گویید، ریسکِ بدتر شدن آسیب را به دنبال دارد. به همین دلیل است که بعضی از افراد گرایش «بالینی» را برای ادامه تحصیل انتخاب نمی‌کنند. شما نمی‌توانید این‌گونه بپندارید که هر چیزی به شما جواب می‌دهد برای دیگران نیز مفید است. استفاده از تجربه‌تان تنها در کنار آموزش و یادگیری قبلی مؤثر است. از لحاظ اخلاقی دادن قولی که نتوانید به آن پایبند باشید یا بیان حرفی بدون اعتبار علمی، نادرست است.

۴. دارونما!

بیشتر ما فکر می‌کنیم که کتاب‌های خودیاری، اغلب کارآمدند و ما را نجات می‌دهند اما متأسفانه، چیزی که باعث حال خوب ما شده، توصیه‌های ابتدایی و برخاسته از عقل سلیم نیست، بلکه ما الآن به چیزی توجه می‌کنیم که قبلاً نمی‌کردیم؛ این آمادگی ما برای پیشرفت، حس بهبودی به ما می‌دهد. در حقیقت خرید کتاب ما را به حرکت درمی‌آورد نه خواندن آن.

۵. بدون اثر

ممکن است از خواندن کتاب‌های خودیاری لذت برده باشید (آن‌طور که از عمل خواندن لذت می‌برید) ولی به این معنا نیست که کتاب، کارآمد بوده است. اغلب توصیه‌های آن‌ها ناشی از عقل سلیم و ساده‌انگارانه است. چیزهایی که به کرات شنیده‌ایم اما زمانی توجه می‌کنیم که بایک جلد پرزرق و برق به ما عرضه شده باشد. تا کنون چند کتاب خودیاری به اهمیت اعتماد به نفس اشاره کرده‌اند؟ مافقط زمانی به این موضوع توجه می‌کنیم که به ما گفته شده باشد اعتماد به نفس همه چیز را درست می‌کند؛ رویکرد اغلب کتاب‌های خودیاری:

.fake it till you make it

۶. امید کاذب

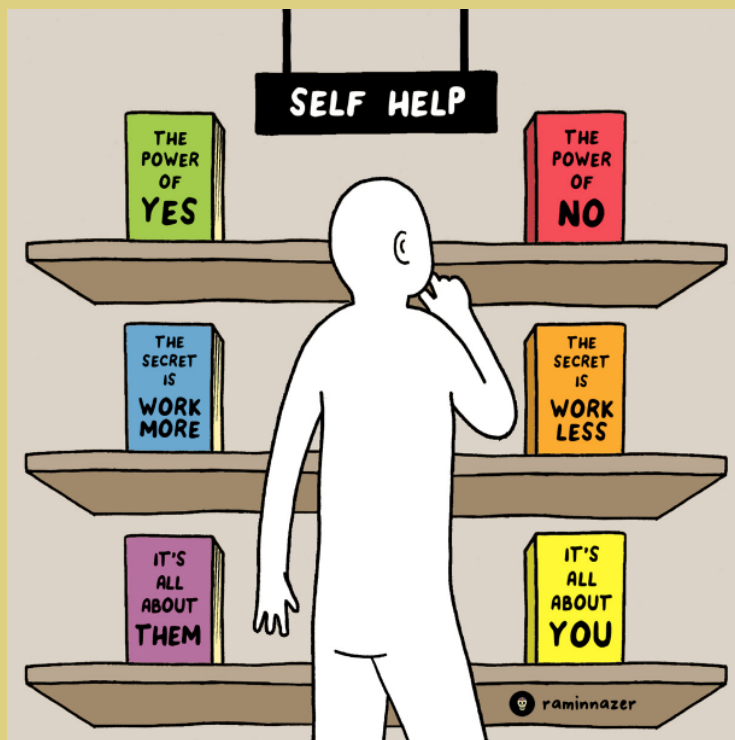
تنها چیزی که بدتر از صرف هزینه بابت این کتاب‌های بی‌اثر است این است که شمار را به این باور می‌رسانند که واقعاً اثر دارند! آن‌ها با وعده‌های دروغین شمار را در معرض ناامیدی قرار می‌دهند و با ساده‌انگاری، انتظارات غیرواقع بینانه و ارتباط کم با موقعیت‌های دنیای واقعی، در شما امید کاذب ایجاد می‌کنند.

۷. تضاد

در دنیای خودیاری اولین و اساسی‌ترین گام برای رشد، این است که بپذیرید آن‌طور که هستید؛ خوب هستید و به کمک دیگران نیازی ندارید. این یک باور اولیه است و به شما امکان کنترل موقعیت را می‌دهد. در این صورت شما هیچ نیازی به کلاس‌ها، آموزش مهارت‌های زندگی یا یک نظام پشتیبان ندارید. حال این سؤال مطرح می‌شود که در این صورت، چرا باید این کتاب‌ها را تهیه کنید (تیدمن، ۲۰۲۰).

در زمان‌های تردید و عدم اطمینان، بسیاری از مردم، در جست‌وجوی تشویق، راهنمایی و تأیید خود، به کتاب‌های خودیاری روی می‌آورند. خود اظهاری مثبتی که در این کتاب‌ها پیشنهاد می‌شود، مانند «من دوست داشتنی هستم» یا «من موفق خواهم شد»، برای رفع عزت‌نفس پایین افراد و سوق دادن آنها به فعالیت‌های مثبت طراحی شده است؛ با این حال طبق مطالعات اخیر، این اظهارات می‌تواند تأثیر معکوس داشته باشد (ساینس دیلی، ۲۰۲۲). به طور گسترده‌ای، باور بر این است که خود اظهاری مثبت، تأثیر بسزایی در افزایش خلق و عزت‌نفس دارد، اما اثربخشی آن ثابت نشده است. حتی طی بررسی‌هایی این خود اظهاری مثبت، بی‌اثر یا خطرناک پنداشته شده‌اند. (وود، پرونویچ و لی، ۲۰۰۹). در پژوهشی، وود و همکاران (۲۰۰۹) از شرکت‌کنندگان با عزت‌نفس پایین و گروهی با عزت‌نفس بالا خواستند که این عبارت کتاب‌های خودیاری را تکرار کنند: «من یک

فرد دوست داشتنی هستم». سپس پژوهشگران، خلق و احساسات لحظه‌ای دو گروه را اندازه‌گیری کردند و مشخص شد که افراد دارای عزت نفس پایین، بعد از تکرار این جملات، احساس بدتری داشتند. گروه با عزت نفس بالا، فقط اندکی احساس مثبت



داشتند. در یک طرح فالوآپ، روان‌شناسان به شرکت کنندگان اجازه دادند تا افکار منفی خود را همراه با افکار مثبت فهرست کنند. به طور متناقضی، دریافتند که شرکت کنندگان با عزت نفس پایین، زمانی که به آنها اجازه داده می‌شد افکار منفی داشته باشند، خلق بهتری نسبت به زمانی که از آن‌ها خواسته می‌شد تنها روی افکار مثبت تمرکز کنند، داشتند. روان‌شناسان بیان می‌کنند که همانند تعریف و تمجید بیش از حد، خود اظهاراتی مثبت مانند «من کاملاً خودم را می‌پذیرم»، می‌تواند افکار متناقضی را در افراد با عزت نفس پایین برانگیزد و می‌تواند بر افکار مثبت غلبه کند (ساینس دیلی، ۲۰۲۲). تکرار خود

اظهارات مثبت، ممکن است برای افراد خاصی مانند افراد به عزت نفس بالا، مفید باشد اما برای افرادی که بیشتر به آنها نیاز دارند نتیجه معکوس خواهد داشت (وود، پرونویچ ولی، ۲۰۰۹).

چه باید کرد؟

- ۱) کتاب‌ها را بر اساس تحقیقات یا اصول روان‌شناختی معتبر انتخاب کنید.
- ۲) بررسی کنید که آیا نویسنده برای حمایت از ادعای خود به تحقیقات منتشر شده ارجاع می‌دهد یا نه.
- ۳) اعتبار نویسنده را بررسی کنید زیرا صرفاً خود را متخصص نامیدن کافی نیست.
- ۴) از خرید کتاب‌هایی که آشکارا وعده‌هایی که نمی‌توانند به آنها پایبند باشند می‌دهند دوری کنید، مثل درمان فوبیا در پنج دقیقه یا بهبود یک ازدواج ناموفق در یک هفته! به طور معمول این کتاب‌ها بر اساس تعصبات شخصی و ترجیحات نویسنده هستند، تا بر اساس اصول روان‌شناختی معتبر.
- ۵) مراقب نویسندگانی باشید که یک راه‌حل برای همه مشکلات ارائه می‌دهند، مثلاً کتابی که به شما می‌گوید همیشه عصبانیت خود را بر همسران ابراز کنید، در در نظر گرفتن پیچیدگی‌های روانی یک شخص یا ویژگی‌های به خصوص یک ازدواج، شکست خورده است!
- ۶) و در آخر اگر درگیر مشکلات جدی همچون افسردگی بالینی، اختلال وسواس اجباری یا دیگر اختلالات هستید، روان‌درمانی و کمک یک متخصص بیشتر از کتاب‌های خودیاری به شما پیشنهاد می‌شود (آرکوویتز و لیلینفلد، ۲۰۰۶).

مثبت‌نگری سمی

زمانی که خوش‌بینی مشکل‌ساز می‌شود.

چند سالی می‌شود که با پررنگ شدن نقش فضای مجازی در جامعه، بین گروهی خاص که معمولاً تحت‌تأثیر

نسترن نیرومند

دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه اصفهان
nastaranniroumandd@gmail.com



روان‌شناسی زرد قرار دارند نوعی خوش‌بینی متعصبانه به وجود آمده است که طی این تفکر، افراد بر خوب بودن بدون استثنای شرایط پافشاری دارند و معتقدند با نگاه داشتن طرز تفکری مثبت، می‌توان بر مشکلات فائق آمد. عقیده این افراد که البته بخش بزرگی از جامعه را تشکیل می‌دهند، این است که با توجه «بیش از اندازه» بر مشکلات و سختی‌ها، ما خود را در معرض بیماری‌های روانی قرار می‌دهیم.

اما علم روان‌شناسی در این باره چه می‌گوید؟

انتقادی که منتقدان به این نوع طرز فکر وارد می‌کنند، بحث «بازداری هیجانی» و بروز اختلال در روند تنظیم هیجان است. صد سال پیش، فروید معتقد بود بازداری هیجانی علت بروز بسیاری از بیماری‌های روان‌شناختی است و بر این اساس، درمانی برای رهاسازی «عاطفه خفه شده»¹ طراحی کرده بود (برویر و فروید، ۱۸۹۶/۱۹۵۷). اما موج‌های جدیدتر از روان‌شناسان معتقدند بازداری هیجانی، در واقع یک گام بزرگ در روند رشدی انسان است؛ این دیدگاه با این تصور سازگار است که بزرگسالان سالم اغلب باید (به درجات مختلف) ابراز احساسات مداوم خود را مهار کنند (کاپ، ۱۹۸۹؛ سارنی، ۱۹۹۰). بدیهی است که حد وسطی بین این دو دیدگاه وجود دارد؛ دیدگاهی

1. strangulated affect

که بر این باور است که سطح بهینه‌ای از تنظیم هیجانی وجود دارد: جایی بین خفه کردن کامل و بیان کاملاً بدون محدودیت هیجانات. با این حال، نکته‌ای که ما می‌خواهیم در این جا بر آن تأکید کنیم، نقش بسیار مهمی است که بازداری هیجانی به طور تاریخی در نظریه بالینی ایفا کرده است.

و حال، برگردیم به موضوع اصلی: مثبت‌نگری سمی. ما مثبت‌نگری سمی را به عنوان تعمیم بیش از حد یک حالت شاد و خوش بینانه در همه موقعیت‌ها تعریف می‌کنیم. فرآیند مثبت‌گرایی سمی منجر به انکار، به حداقل رساندن اهمیت مشکلات مهم و بی‌اعتبار شدن تجربه عاطفی اصیل انسانی می‌شود (سوئیفت، ۲۰۲۱).

درد، چه جسمی باشد و چه روحی توجه ما را به خود وادار می‌کند، نادیده گرفتن آن دشوار است و اکثر افکار دیگر را مختل می‌کند. تلاش برای منحرف کردن توجه از درد شاید ناخودآگاهانه و غریزی‌ترین استراتژی ما برای مقابله با آن باشد. منطق پشت این تلاش این است که ناراحتی و درد ما کمتر را آزار خواهد داد، اگر سعی کنیم به آن فکر نکنیم. ممکن است در این راه، واقعا تسکین تجربه شود، و یا اگر درد ما ادامه یابد، ممکن است تصور

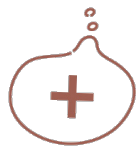
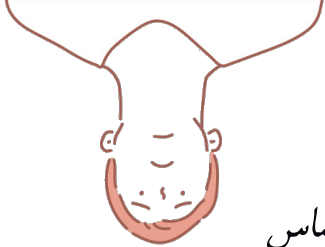


کنیم که تلاش‌های ذهنی ما به اندازه کافی نیرومند نیست و آن‌ها را دو برابر کنیم. بی‌توجهی به درد، حداقل از نوع فیزیکی‌اش، موضوعی است که تاکنون بارها مورد بررسی قرار گرفته شده است. علیرغم این باور که توجه به احساسات ناخوشایند عاقلانه نیست، یافته‌های تجربی نسبتاً دوسویه هستند. از یک طرف، روان‌شناسان یادآوری می‌کنند که برای کسی که مثلاً نگران بیماری است، توجه به احساسات فیزیکی می‌تواند باعث تشدید ناراحتی ذهنی شود یا ممکن است به هیپوکندریا یا همان خودبیمارانگاری دامن‌بزند (بارسکی و کلرمن، ۱۹۸۳). همین‌طور یک دوندۀ وقتی بیش از حد به حسی که در زانوهایش دارد توجه کند، ممکن است احساس در آن را نشانه‌ای از ناتوانی برای ادامه دادن ادراک کند (بندورا، ۱۹۸۶؛ مورگان، هورستمن، سایمرمن و استوکس، ۱۹۸۳). با این حال، استراتژی‌های اجتنابی ممکن است هزینه‌هایی را به همراه داشته باشند، به‌ویژه زمانی که فرد به دنبال تأثیرات آن‌ها فراتر از تحمل رفتاری فوری است. تحقیقات در مورد کنترل تفکر مضمونی نشان داده است که افراد در واقع می‌توانند آگاهی از یک فکر را سرکوب کنند، اما این سرکوب یک اثر بازگشتی ایجاد می‌کند؛ به عبارت دیگر، این افکار نسبت به حالتی که فرد آن‌ها را سرکوب نکرده باشد، بعداً با تکرار بیشتری و خارج از کنترل فرد، به ذهن او می‌آیند (وگنر، اشنایدر، کارتر، و وایت، ۱۹۸۷).

حال سوال جدیدی به ذهن می‌رسد: در رابطه با درد روانی، از کجا بدانیم دچار مثبت‌نگری سمی شده‌ایم؟

در ادامه برخی از عبارات و تجربیات متداول از مثبت‌نگری سمی که به صورت روزمره با آن مواجه می‌شویم آورده شده است:

۱. پنهان کردن و سرپوش گذاشتن روی احساسات واقعی خود
۲. تلاش برای ادامه دادن به هر قیمتی و هر طور شده، بارد شدن و بی‌توجهی به احساسات
۳. احساس گناه برای احساس آنچه که احساس می‌کنید



۴. به حداقل رساندن اهمیت تجربیات دیگران با نقل قول‌ها یا اظهارات «احساس خوب».

۵. تلاش برای دادن دیدگاه «اوضاع می‌توانست بدتر باشد» به جای اعتبار بخشیدن و واقعی دانستن به تجربه عاطفی اشخاص

۶. شرمساری یا تنبیه دیگران به دلیل ابراز ناامیدی یا هر چیزی غیر از مثبت بودن

۷. پاک کردن چیزهایی که شما را آزار می‌دهد با یک جمله «همین است که هست».

اما چرا این نوع طرز تفکر آسیب‌زننده است؟

مطالعات روانشناختی زیادی خبر از این می‌دهند که پنهان کردن یا انکار احساسات منجر به استرس بیشتر و/یا افزایش مشکل در اجتناب از افکار و احساسات ناراحت‌کننده می‌شود. برای مثال طی یک مطالعه، به دو گروه آزمودنی فیلم‌های یکسانی که در آن‌ها صحنه‌های منزجرکننده به نمایش درمی‌آمد نشان داده شد، با این تفاوت که یک گروه می‌توانستند آزادانه به فیلم‌ها واکنش نشان دهند و گروه دیگر نباید واکنشی نشان می‌دادند. بررسی وضعیت هر دو گروه بعد از تماشای فیلم‌ها مشخص کرد گروهی که هیجانات خود را سرکوب کرده بودند، از میزان بسیار بالاتری از برانگیختگی فیزیولوژیکی برخوردار بودند و با اینکه خونسرد به نظر می‌رسیدند، اما استرس بسیار بالایی را در مقایسه با گروه دیگر تحمل می‌کردند (گروس و لونسون، ۱۹۹۷). توانایی گریه کردن، داد زدن، و در کل نشان دادن هیجانات در موقعیت‌های استرس‌زا، بخشی از روند تنظیم هیجان است که پیشتر به آن اشاره شد و نبود آن، قسمت مهمی از فرایند روانی انسان را مختل می‌کند و حتی می‌تواند باعث افسردگی و اختلالات اضطرابی شود (سیوفی و هالووی، ۱۹۹۳).

یکی دیگر از آسیب‌های مثبت‌نگری سمی، احساس خجالت و عذاب وجدان است.

مثبت‌نگری سمی به افراد می‌گوید که احساساتی که دارند غیرقابل قبول هستند و این باعث خجالت می‌شود. از طرفی دیگر این پیام‌رانی فرستد که اگر راهی برای پیدا کردن احساس مثبت پیدا نمی‌کنید، حتی در مواقع مواجهه با شرایط خیلی سخت، دارید کاری را اشتباه انجام می‌دهید و در واقع شرایط فعلی خودتان، تقصیر خودتان است. خجالت و عذاب وجدان احساساتی است که همه سعی می‌کنیم از آن دوری کنیم و در حالات شدید، می‌توانند به اختلالات مختلف پاتولوژیک دامن بزنند (تنگنی و فیشر، ۱۹۹۵).

مثبت‌نگری سمی حتی بر روابط اجتماعی افراد هم اثر منفی دارد. وقتی فرد نمی‌تواند احساسات خود را به درستی متوجه شده، درک کرده و تنظیم کند، مسلماً نمی‌تواند با دیگران هم رابطه‌ای خوشایند داشته باشد. ما با ایجاد یک دنیای عاطفی جعلی اطراف خودمان، روابط جعلی بیشتری را هم جذب می‌کنیم که نتیجه آن صمیمیت پوچ و دوستی‌های سطحی است.

در مجموع، راهبردهای ذهنی اجتنابی به طور یک‌جانبه در کنترل رویدادهای ذهنی مؤثر نیستند، به ویژه زمانی که این حيله به جای تمرکز بر یک موضوع دیگر، سرکوب یک فکر باشد. اجتناب از درد از طریق انحراف توجه یا سرکوب ممکن است در عوض باعث طولانی شدن آن شود. علاوه بر این، اجتناب از توجه بدون کمک یک حواس‌پرتی متمرکز می‌تواند منجر به این شود که بعداً احساسات بی‌ضرر به عنوان ناخوشایندتر تجربه شوند (سیوفی و هالووی، ۱۹۹۳). جدول صفحه‌ی بعد، شکلی عوض شده از جمله‌های سمی ارائه می‌دهد که هر روز می‌شنویم.

در اینجا، بد نیست بحث را با یک جمله از کارل یونگ تمام کنیم:

"I'd rather be whole than good." - C.G. Jung

— «من ترجیح می‌دهم کامل باشم تا خوب.»

	جملات مثبت نگر سمی
«چیزی را کن، کن»	«به اون فکر نکن، مثبت فکر کن!»
«می بی کاری»	«نگران نباش، خوشحال باش!»
«شکست»	«شکست، گزینه‌ای روی میز نیست.»
«من در ن	«فقط مثبت باش!»
«پی محدو است»	«اگر من می‌توانم این کار را انجام دهم، پس تو هم می‌توانی!»
«گاهر شانسی م»	«هر اتفاقی دلیلی دارد.»
«این، شم تو مجبو	«شرایط می‌توانست بدتر باشد.»

سنگ محک

چگونگی تشخیص روان شناس زرد

روان شناسان زرد به دنبال افزایش اقبال مردم، در اکثر عرصه های زندگی روزمره پا گذاشته و با چاپ کتاب، حضور در

نسترن رجایی

دانشجوی روان شناسی دانشگاه اصفهان
nastaran.rajaei1999@gmail.com



برنامه های تلویزیونی و رادیویی و تولید محتوا در شبکه های اجتماعی، هر کجا که بنگریم ریشه دوانده اند. در این جستار، به زنگ خطرهایی پرداخته می شود که می توانند حاکی از زرد و غیر حرفه ای بودن این افراد باشند. تطبیق دادن این موارد با رفتارهای این افراد، قضاوت و نگاه تیزبین مخاطب را در طی زمان می طلبد و باید در نظر داشت که همیشه نمی توان در یک نگاه به تشخیصی قطعی رسید.

نامشخص و مبهم بودن رزومه علمی

تحصیلات دانشگاهی و فعالیت های علمی فردی که خود را به عنوان روان شناس، مشاور، درمانگر و عناوینی مشابه معرفی می کند، باید در دسترس و قابل بررسی باشد. در حرفه ای ترین حالت، این اطلاعات در قالب یک رزومه برای مخاطبان قابل دستیابی هستند. در یک رزومه دقیق باید زمان آغاز و پایان هر مقطع تحصیلی، محل تحصیل، آخرین مدرک تحصیلی، دوره های گذرانده شده (معمولاً با ذکر زمان و محل برگزاری، مدرس و طول مدت دوره)، سوابق کاری (با ذکر جزئیاتی مانند زمان آغاز و پایان و سمت یا مسئولیت فرد) مقالات و کتب (شامل ویژگی های جزئی تر از جمله اسامی نویسندگان، عنوان، سال پذیرش یا چاپ، نام انتشارات برای کتب و نام همایش و ژورنال



برای مقالات) باشد.

بنابراین جملاتی کلی و بدون جزئیات در آنچه فرد به عنوان رزومه خود ارائه می دهد، همانند نمونه های زیر، می تواند زنگ خطری برای غیرعلمی بودن فرد باشد:

- نویسنده و مترجم چندین کتاب روان شناسی (چه کتبی؟ از چه انتشاراتی؟ در چه سالی؟)

- ارائه مقالات متعدد در زمینه های روان شناختی (چه مقالاتی؟ چاپ شده در کدام ژورنال؟ ارائه شده در کدام همایش؟ در چه سالی؟)

- همکاری با مراکز مشاوره و روان درمانی (کدام مراکز؟ در چه زمانی؟ در چه سمتی؟)
- ۲۰ سال سابقه کار روان درمانی (با چه مدرک تحصیلی ای؟ آیا سابقه کار درمانی فرد با زمان پایان مقطع تحصیلی کارشناسی ارشد یا دکترای وی مطابقت دارد؟)

- دعوت شده به همایشی در آمریکا برای ارائه مقاله (چه همایشی؟ در چه سالی؟ ارائه چه مقاله ای؟)

- برگزاری دوره های آموزشی (چه دوره هایی؟ در چه محل و با چه مخاطبانی؟ در چه زمانی؟)

علاوه بر این، گاهی برخی امتیازات و سوابق ذکر شده در رزومه در ظاهر معتبر به نظر می رسند، اما نیازمند بررسی دقیق هستند. برای مثال، فردی که خود را دانش آموخته دانشگاهی در خارج از کشور معرفی می کند، ممکن است با شرکت در سمیناری چندساعته یا دوره ای چندروزه که برای عموم در یک دانشگاه معتبر برگزار شده، شرکت و مدرکی بابت حضورش دریافت کرده باشد و سپس خود را باتکیه بر همین مدرک دانش آموخته این دانشگاه معرفی کند. عضویت در کانون ها، مؤسسات و انجمن های روان شناسی ذکر شده در رزومه نیز ممکن است با پرداخت مبلغی ناچیز امکان پذیر باشد. با جست و جویی ساده در سایت این مؤسسات علمی و انجمن ها، می توان اطلاعاتی را

درباره نحوه عضویت یا دریافت مدرک و هزینه آن به دست آورد رزومه افراد را از لحاظ صداقت و بار علمی مورد سنجش قرار داد.

DANGER ZONE • WARNING • DANGER ZONE • WARNING • DANGER ZONE

تشخیص گذاری خارج از اتاق درمان

با گسترش محبوبیت استفاده از شبکه‌های اجتماعی و ظهور افرادی که خود را روان‌شناس و مشاور معرفی می‌کنند، تشخیص گذاری در قالب یک پست، استوری، لایو اینستاگرامی و یا گفت‌وگوی تلفنی به امری فزاینده تبدیل شده است. مخاطبان نیز برای رسیدن به پاسخی قطعی با صرف کم‌ترین زمان و هزینه، از طریق ارسال پیام یا تماس تلفنی، به سرعت تشخیصی دریافت می‌کنند. این در حالی است که مطابق کتاب معیارهای اخلاقی روان‌شناسان (انجمن روان‌شناسی آمریکا، ۱۹۵۳) ارائه خدمات روان‌شناختی در قالب نمایش‌های عمومی، برنامه‌های رادیویی و تلویزیونی یارسانه‌های دیگر با هدف تشخیص گذاری و درمان غیر اخلاقی است. در روان‌شناسی بالینی علمی، رسیدن به تشخیص قطعی درباره یک مراجع نیازمند مصاحبه بالینی، اجرای آزمون‌های روان‌شناختی، بررسی دقیق و همه‌جانبه مسئله است و ممکن است تا چند جلسه به طول بیانجامد.

وعده‌های پوشالی

بر کسی پوشیده نیست که اغلب انسان‌ها، به خصوص افرادی که از اختلالات مربوط روان‌آزردگی رنج می‌برند، به دنبال یافتن راه‌حل مشکلات خود در کوتاه‌ترین زمان ممکن هستند، و این همان دامی است که روان‌شناسی زرد برای مخاطبان ناآگاه خود پهن می‌کند. وعده‌هایی مانند مثال‌های زیر، غیر واقع‌بینانه، غیر قابل دستیابی و غیر حرفه‌ای هستند:

- حل مشکل اهمال کاری در ۳ روز
- درمان افسردگی با استفاده از پکیج شادمانی در پنج روز
- رفع مشکلات زناشویی فقط با یک ترفند زنانه / مردانه
- رفع کامل لجبازی کودک طی یک هفته فقط با این روش تربیتی

بنابر اصول روانشناسی علمی، درمان اختلالات روان‌شناختی و یا مسائل مربوط با سلامت روان، بسته به نوع، شدت، بستر خانوادگی و فرهنگی، فیزیولوژی، توانمندی فرد، رویکرد درمانی، حتی زمینه‌های اقتصادی و اجتماعی و بسیاری عوامل تأثیرگذار دیگر، نیازمند بررسی، مشخص کردن طرح درمانی و اجرای آن در طی جلسات متعدد روان‌درمانی هستند و استفاده از روش‌های زرد - اگر تأثیر معکوس نداشته باشد و منجر به احساس بی‌کفایتی و ناتوانی فرد در بهبود خود نشود - بی‌تأثیر و یا در خوش‌بینانه‌ترین حالت ممکن تنها برای زمان کوتاهی اثربخش است.

• DANGER • DANGER • DANGER • DANGER • DANGER • DANGER • DANGER •

کلی‌گویی و نادیده‌گرفتن فردیت افراد

روانشناسی زرد به دلیل نداشتن پشتوانه علمی و برای راضی نگه‌داشتن مخاطبش، مجبور است دست به ارائه حکم‌های کلی بزند؛ احکامی که فردیت انسان‌ها را زیر سؤال می‌برند. از آسیب‌های این کلی‌گویی، شکل‌گیری نگاهی ساده‌انگارانه نسبت به اختلالات روان‌شناختی و نادیده‌گرفتن پیچیدگی‌های شخصیتی افراد و برچسب زدن به افراد تنها بر اساس چند رفتار یا مشخصه است. جملات زیر، نمونه‌هایی از این کلی‌گویی هستند که در سخنان روان‌شناسان زرد و غیر حرفه‌ای شنیده یا خوانده می‌شوند:

- افرادی که این رفتار را انجام می دهند، فلان اختلال را دارند.
 - اگر در کودکی فلان اتفاق بیفتد، فرد در بزرگسالی چنین و چنان می شود.
 - مردان/زنان دو دسته اند: ...
 - کسانی که این کار را انجام ندهند، فلان مشکل را دارند.
- همان طور که پیش تر گفته شد، سبب شناسی و تشخیص اختلالات روان شناختی امری چندبعدی و بس پیچیده است، بررسی همه جانبه روان شناختی را می طلبد و تنها یک ویژگی رفتاری یا شخصیتی، نمی تواند معیاری مناسب برای برچسب زدن بر روی افراد یا قرارداد آن ها در دسته بندی های کلی باشد.

تحقیر، تمسخر و نگاه از بالا به پایین

فردی که خود را روان درمانگر، مشاور، روان شناس و یا با عناوین مشابه معرفی می کند، زمانی که در قالب حرفه اش فعالیت می کند، مطابق اصول روان شناسی نباید از لحن توهین آمیز، تمسخر آمیز و یا همراه با سرزنش استفاده کند. چنین فردی اجازه ندارد مشکل دیگری را به سخره بگیرد، قربانی نکوهی کند، اختلال کسی را با الفاظ غیر حرفه ای و منفی توصیف کند و فرد را بر اساس سن، نژاد، هویت و گرایش جنسی، مذهب و... مورد تبعیض و بد رفتاری قرار دهد. جملاتی مانند نمونه های زیر از لحاظ اخلاقی و حرفه ای به هیچ عنوان قابل پذیرش نیستند و می توانند برای افراد مبتلا به اختلالات روان شناختی، بار روانی سنگینی به همراه داشته باشند:

- مبتلایان به این اختلال دست و پا چلفتی و احمق به نظر می رسند.
- ابتلا به این اختلال روان شناختی فرد را تنبل و تن پرور می کند.
- فقط یک انسان کم عقل این تصمیم را می گیرد.
- تقصیر توست که دیگری با تو بد رفتاری می کند.

- اگر عزم خود را جزم می‌کردی، به همه اهداف می‌رسیدی.

عدم رعایت رازداری و حریم شخصی مراجعه‌کنندگان



روان‌شناسان اجازه ندارند اطلاعات مربوط به مراجعان خود را به نحوی که هویت فرد قابل تشخیص باشد، در نوشته‌ها، سخنرانی‌ها و سایر رسانه‌ها از جمله شبکه‌های اجتماعی به اشتراک بگذارند. نقض این کد اخلاقی، می‌تواند چراغ خطری برای غیرحرفه‌ای بودن فرد باشد. تصور کنید که یک

روان‌درمانگر شرح حالی از یکی از مراجعان خود را بدون ذکر نام، اما همراه با دیگر مشخصات فردی از جمله جنسیت، سن، رشته تحصیلی، شغل، تأهل یا مجرد و تعداد فرزندان، در صفحه اینستاگرام خود به اشتراک بگذارد. بدیهی است که اطلاعاتی در این حد شخصی و همراه با جزئیات، می‌تواند حریم شخصی مراجع را به خطر بیندازد و ناقض حقوق وی باشد.



برای اینکه به آدم دست و پاچلفتی و وابسته هستی!

همیشه گیر رابطه‌های سمی می‌افتم...



طبیل تو خالی

روان شناسی زرد و علل محبوبیت آن

روان شناسی زرد به روان شناسی غیر علمی و غیر تخصصی اطلاق می شود و مانند یک داروی قلبی می تواند زندگی افراد را

آیدا کلانتری

دانشجوی روان شناسی دانشگاه اصفهان
ayda.kalantari81@gmail.com



تحت تأثیر قرار دهد. اگر هر چیز جعلی مشتری نداشته باشد، بعد از مدتی از بین می رود. اینکه روان شناسی و روان شناسان زرد وجود دارند و پررونق هستند به این دلیل است که مشتریان خاص خود را دارند. در روان شناسی زرد استثناها مورد توجه قرار می گیرند در حالی که در روان شناسی علمی در مورد قاعده های علمی صحبت می کنند. زمانی که یک ذهن غیر علمی داشته باشیم، استثناها را به قاعده تبدیل می کنیم. نباید دیوار زندگی را بر اساس استثناها بنا کرد. روان شناسی علمی می گوید باتوجه به شرایط باید تلاش کرد و متناسب با همان شرایط به موفقیت رسید. زمانی افراد به سمت روان شناسی زرد می روند، سطح انتظارات از خود، شرایط و محیط فراتر می رود و اگر سرخورده شوند، به شدت سقوط می کنند.

ویژگی های روان شناس زرد

کسانی که در این حوزه فعالیت می کنند، با عنوان روان شناس یک روش سطحی و غیر علمی را در پیش گرفته اند. روان شناسان زرد معتقدند که موفقیت و بهبودی یک شبه اتفاق می افتد و به افراد چنین القا می کنند که با چند ساعت تراپی و صحبت می توانند مشکلات روحی و روانی از جمله افسردگی، اضطراب، عدم عزت نفس و ... را درمان کنند. اما در واقع این دسته از راهکارها به طور موقتی درد را تسکین می دهد و مشکل را از

ریشه حل نمی کند. می توان گفت که روان شناسی زرد مانند مواد اعتیادآور است. زمانی که فرد برای اولین بار مواد مخدر مصرف می کند، حس خوبی در فرد به وجود می آید. اما به مرور زمان فرد به حالت اولیه بازمی گردد و برای به دست آوردن آن حس خوشایند، مواد را مکرراً مصرف می کند. روان شناسان زرد نیز راهکارهایی را ارائه می دهند که در فرد وابستگی ایجاد می کند و مشکل را برای همیشه حل نمی کند؛ جملاتی مثل تو می توانی، سعی کن همیشه حالت خوب باشد، تو از همه بهتری و اگر تلاش کنی به همه ی آرزوهایت می رسی پایه علمی ندارند و مشکل شخص را برای مدتی کوتاه حذف می کند. اما پس از مدتی، در مواقعی که فرد حال روحی و روانی خوبی ندارد به شنیدن این جملات نیاز دارد تا بتواند حال خود را بهبود بخشد.

روان شناسان زرد به دلیل اینکه نمی توانند واقعیت را مشاهده کنند و به عمق مسئله و مشکل مراجع پی ببرند، صرفاً راهکارهایی موقتی ارائه می دهند و هیچ زمان فرد را با واقعیت روبرو نمی کنند. شنیدن واقعیت همیشه برای همه خوشایند نیست و افراد ترجیح می دهند که واقعیت را نادیده بگیرند، بار مسئولیت را بر دوش دیگران بیندازند و مشکل را از دید آن ها ارزیابی کنند؛ به همین دلیل افراد برای رفع مشکل خود به روان شناسان زرد رجوع می کنند و هر چه که آن ها بگویند را می پذیرند. هر چه قدر میزان آسیب ها عمیق تر باشد، میزان انکار در پذیرش واقعیت در اشخاص هم بیشتر خواهد شد و زمانی که این دو عامل یعنی استمرار آسیب و انکار به مدت طولانی ادامه پیدا کند، ذهن می تواند به سمت تفکرات جادویی حرکت کند و یک ناجی بیرونی برای خودش بسازد. تفکر جادویی به آنها اجازه می دهد تا باور کنند که حتی اگر واقعیت زندگی خود را بپذیرند، باز هم معجزه های رخ خواهد داد.

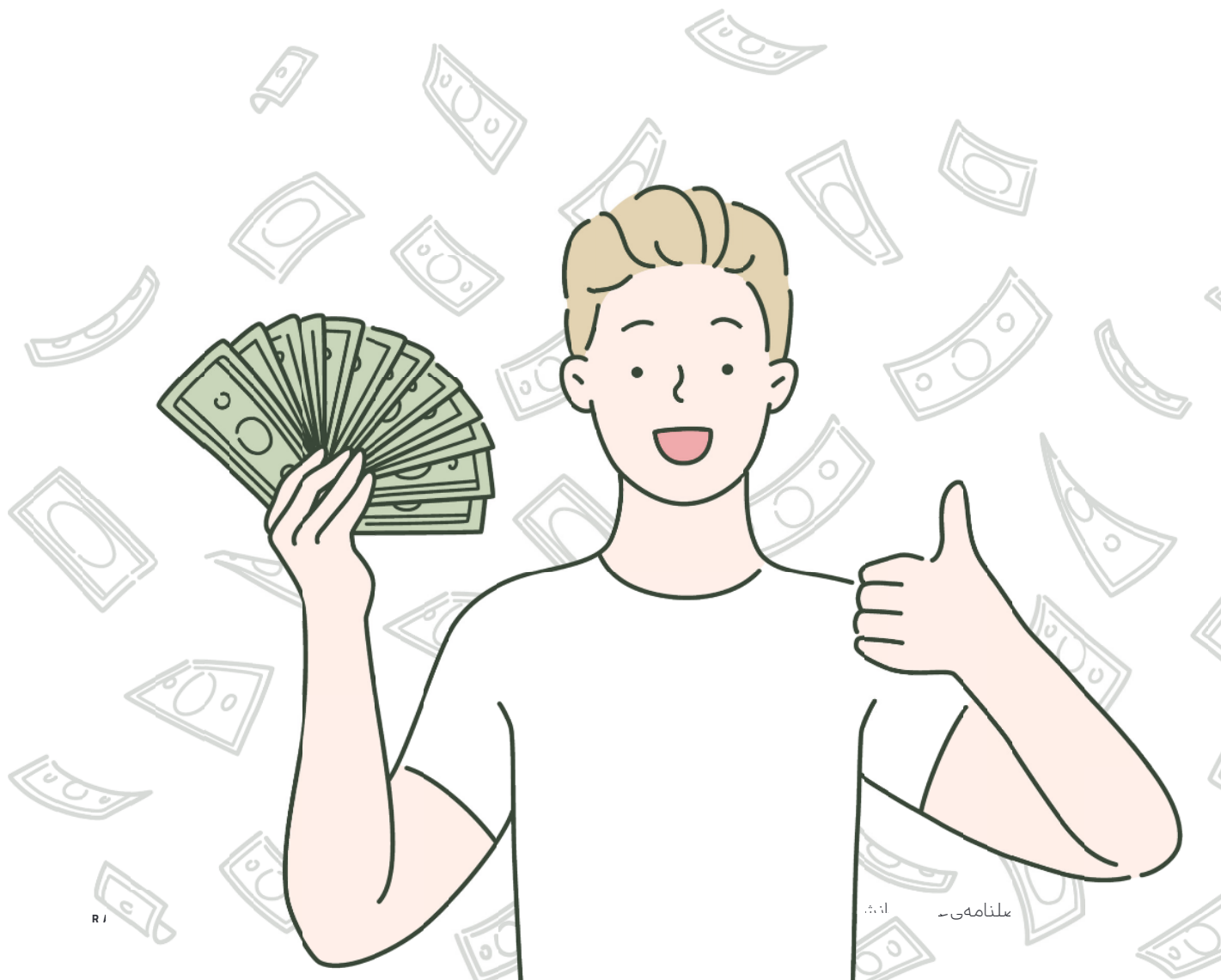
محتوای زرد به طور معمول راهکارهایی ارائه می دهد که بیش از حد رؤیایی اند و خوب به نظر می رسند. گاهی هم روش ها آن قدر بد و غیر کاربردی اند که می توان فهمید پایه و

اساسی علمی در کار نیست. روان‌شناسی زرد حرف‌هایی بی‌پایه و اساس می‌زند و از نظر علمی توجیه و تفسیر ندارد. ویژگی‌هایی مثل ساده‌لوحی، تلقین‌پذیری و تفکر انتقادی ضعیف، باعث می‌شود افراد هر اطلاعاتی را باور کنند و حتی راجع به آن‌ها متعصب شوند. شخصی که تفکر انتقادی فعالی داشته باشد، می‌تواند متن یک کتاب را زیر سؤال ببرد و دنبال شواهد علمی بگردد. کسانی که دوست دارند با کمترین تلاش و خیلی زود به نتیجه‌های بزرگ برسند، از کتاب‌های زرد روان‌شناسی استقبال می‌کنند و ترجیح می‌دهند راه اصلی درمان را دور بزنند که متأسفانه در تله محتوای غیر علمی، گیر می‌افتند. اگر می‌خواهید در کوتاه‌مدت، رنج‌های زندگی‌تان را تسکین دهید، احتمالاً به کتاب‌های روان‌شناسی زرد، چراغ سبز نشان می‌دهید. اما آیا حاضر هستید پیامدهای ناخوشایندی که در افکار، هیجان‌ها و رفتارهایتان به جامی گذارد را هم بپذیرید؟

پرفروش، پول‌ساز و محبوب

پرفروش بودن یک کتاب، برای بعضی از افراد دلیل محکمی است تا به یک کتاب اعتماد کنند. کتاب‌هایی مثل راز و قانون جذب زبان ساده و قابل فهمی دارند، مثال‌هایی می‌زنند که در زندگی شخصی شما هم مصداق دارد، راه‌حل‌ها را برایتان ساده می‌کنند و خلاصه، همان چیزی را به شما می‌گویند که دوست دارید بشنوید. دقیقاً شبیه کاری که فالگیرها انجام می‌دهند. همه ما از شنیدن خبر سفر و پول و خوشبختی استقبال می‌کنیم اما هیچ‌کدامشان با تفکر بدون تلاش به دست نمی‌آیند. روان‌شناسی علمی، راه دشوارتری را پیش روی مخاطب‌ها می‌گذارد و به آن‌ها می‌گوید برای زندگی کارآمدتر، لازم است خودتان هم تلاش کنید و مسئولیت‌پذیر باشید. بدیهی است که برای خیلی از افراد این‌طور عمل کردن سخت است اما واقعیت این است که روان‌شناسی علمی، هرگز به شما آسیبی نمی‌زند. در حالی که کتاب‌های زردی مانند قانون جذب، شما را

گمراه می‌کنند و بعد از مدتی، راجع به روان‌شناسان هم دیدگاه منفی و ناکارآمدی پیدا می‌کنید و کتاب‌های بازاری را جایگزین مراجعه به متخصصان می‌کنید. در این صورت، مشکلات روان‌شناختی شما مزمن و درمانشان هم سخت‌تر خواهد شد. کتاب خواندن بسیار جذاب است و مزایای زیادی دارد. اما ضرر خواندن بعضی از کتاب‌ها از فواید آن بیشتر است. قبل از خواندن کتاب باید آن را از جنبه‌های مختلف بررسی کرد تا مطمئن شد که کتاب زرد نباشد. کتاب‌هایی با عنوان چند پله تا خوشبختی، چند گام تا ثروتمند شدن و چند قدم تا چیره‌شدن بر همه چیز سعی می‌کنند تا مخاطب را خیلی زود به جواب برسانند، به آن‌ها راهکار بدهند و بگویند که رمزیک زندگی موفق را می‌دانند. تعداد این کتاب‌ها بسیار زیاد است؛ چون کسانی که هیچ مدرک معتبری ندارند، تنها به دنبال کسب درآمد هستند؛ بنابراین بر روی هیجان، امید، ترس و آرزوهای مردم دست می‌گذارند و



راهکارهای نادرستی را ارائه می دهند. چون نیازهای روان شناختی افراد ارضا می شود، این کتاب هارامی پسندند و به جای اینکه برای تحقق آرزوهایشان به شیوه درست تلاش کنند، در دام بعضی از الفاظ قرار می گیرند اما سرانجام مایوس می شوند و آسیب می بینند.

روان شناسی زرد در اصل به دلیل ایجاد مسیری برای بقا و کسب درآمد شکل گرفته است. روان شناسانی که عمیقاً باور دارند که هیچ گاه نمی توانند به عمق احساسات افراد نفوذ کنند، طرفدار روان شناسی زرد هستند. این افراد هیچ گاه نخواسته اند که تحلیل عمیقی از شخصیت خود داشته باشند، چون این تحلیل عمیق باعث روبرو شدن روان شناس با واقعیت تلخی خواهد شد که سعی در فراموش کردن آن داشته است. در نتیجه برای توجیه این عدم توانایی در شناخت خود و دیگران، مجبور می شوند روان شناسی را از سطوح پیچیده تحلیل شخصیت به مفاهیم پیش پا افتاده تنزل بدهند تا بتوانند در سایه این سطحی نگری درآمد و شهرتی کسب کنند.

طعمه‌ی آسان

دلایل قابل درکی وجود دارد که چرا حوزه روان شناسی توسط افرادی که ذهن ها و احساسات بیمار را شکار می کنند مورد هجوم قرار می گیرد. حرفه روان شناسی به قدری جوان است که کار آن برای عموم مردم کم تر قابل درک است. اگرچه این حرفه به سرعت در حال رشد بوده است، با دو برابر شدن تعداد روان شناسان در هفت سال گذشته، پزشکان واجد شرایط هنوز کمیاب هستند. اخیراً برخی از ایالت ها شروع به حمایت از مردم با قوانین کنترل روان شناسی کرده اند و قوانین موجود در کتاب ها به سختی اجرا می شوند.

برای یک فرد جعلی آسان است که کلمات پرمخاطب را از کتاب ها بیابد، خودش را بی حساب کند و از کارشناسان دیگر خبره تر به نظر برسد. در نهایت، و شاید مهم تر از همه، افرادی که مشکل دارند، خواهان پاسخ های دقیق هستند. روان شناسی مشروع به کندی

و با احتیاط کار می‌کند. روان‌گردان‌ها تشخیص‌های فوری، سیاه‌وسفید ارائه می‌دهند و نوید درمان‌های سریع را می‌دهند. اتفاقاً، افراد قلابی اغلب خود را روان‌پزشک نمی‌کنند، زیرا این افراد باید تحت کنترل قوانین پزشکی باشند. روان‌شناسان دارای مدرک تحصیلی هستند اما مدرک پزشکی ندارند.

یکی از دلایل روانی که باعث می‌شود افراد به سمت خدمات فالگیرها و رمال‌ها کشیده شوند، مکانیسم تعجیل است که نوعی پاسخ روانی برای پاک کردن صورت مسئله اصلی است، یعنی فرد به دلیل منفعل بودن، نداشتن عملکرد کافی برای خارج شدن از ناکامی و شکست‌هایش، به طور ناگهانی تصمیم به ایجاد یک تغییر بزرگ می‌گیرد، تغییری که تأثیرگذاری آن هیچ اهمیتی ندارد چرا که فرد از نظر روانی هر اتفاقی در این روند را به عنوان تغییرات عمیق و مثبت در نظر خواهد گرفت. مکانیسم تعجیل راهی برای فرار از شکست نیست بلکه یک سیکل تکراری تجربه ناکامی‌های بیشتر است؛ یعنی فرد آن قدر نسبت به تغییرات شرایطش واکنش مناسب نشان نمی‌دهد که ناگهان وارد یک چالش بزرگ برای تغییر می‌شود ولی در نهایت باز هم یک شکست دیگر به کارنامه عملکردش اضافه می‌شود و این بازی روانی بارها ادامه پیدا می‌کند.

با وجود تمام آسیب‌هایی که شبه علم یا علم زرد به افراد وارد می‌کند، متأسفانه امروزه به دلایل مختلف برخی از افراد که حتی تحصیلات دانشگاهی روان‌شناسی دارند هم به شبه علم روی آورده‌اند و به جای استفاده از روش‌های علمی مبتنی بر شواهد، از روش‌های غیرعلمی و مبتنی بر به چیزهای خوب فکر کن یا دنیا در دستانتوست و مواردی مشابه استفاده می‌کنند. هرچند که این موضوع آسیب‌زننده است، اما ممکن است به دلیل ناآگاهی مردم، خطاهای شناختی و بسیاری از موارد دیگر، بازار علم زرد داغ‌تر از روش‌های علمی مبتنی بر شواهد باشد.

درمان زردی

سیاستی برای حذف یا کنترل محتوای زرد



حال که چنین نیاز عمیق و گسترده‌ای به محتویات زرد وجود دارد، چگونه می‌توان آن را از انسان‌ها ستاند؟ آیا صرف حذف آن

احسان صالحی

دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه اصفهان
esalehi7997
@gmail.com



از جوامع انسانی، کاری از پیش می‌برد؟ این پرسشی بود که نوشته‌ی پیشین خود را تحت عنوان «روان‌شناسی زرد، زمینه و زمانه‌ی آن» با آن به انتها بردم.

در باب چپستی این نیاز عمیق در آن نوشته به تفصیل سخن گفتم. به شکل خلاصه، در آنجا اشاره کردم که کشور ایران در روزگار کنونی، به علت تجربه‌ی تنش‌ها و تروماهای بسیار و در سایه‌ی کم‌رنگ شدن تفکر دینی که خود مایه‌ی آرامش لاقبل‌ظاهری مردم بود، تبدیل به کشوری با فرهنگ نارس‌سیستیک - هیستریونیک شده است که احساس حقارت بسیاری را تجربه می‌کند و در نتیجه به دنبال مرجع قدرت و منجی‌ای می‌گردد تا او را از منجلا بضعف و سستی برهاند، یا به او توهم قدرت مطلق داشتن ببخشد. روان‌شناسی زرد که آن را خصوصاً با روان‌شناسی موفقیت و محتویات انگیزشی بازمی‌شناسیم، به علت توهم قدرت و همه‌توانی‌ای که به شخص می‌دهد، به یکی از مهم‌ترین مصادیقی تبدیل شده است که این نیاز آرزوآندیشانه و بنیادین اغلب ایرانیان امروزی را ارضا می‌کند. با این اوصاف، بدون تغییری در وضعیت و بستر سیاسی - فرهنگی، نمی‌توان محتویات زرد را از مردم ستاند، همان‌گونه که نمی‌توان عروسک یک کودک را بدون هیچ مقدمه و بسترسازی، از او گرفت.

باری؛ در مقاله‌ی حاضر سعی خواهم کرد تا راه‌حلی ایده‌آل و سپس راه‌حلی نزدیک‌تر به واقع، برای مقابله با محتویات زرد ارائه دهم. به طور خلاصه، راه‌حل اول که بسیار ایده‌آل

است، منجر به حذف محتویات زرد خواهد شد و دومی، منتج به کنترل آن در بستر جامعه. برای ارائه‌ی راه‌حل نخست، ابتدا باید مسئله را به طریق دیگری مطرح کنیم: چگونه می‌توان بستر فرهنگی-سیاسی این جامعه را تغییر داد و از بستری نارس‌ستیک-هیستریونیک که دائم در تنش و تروما قرار دارد، به بستری سالم نقل مکان کرد؟ در واقع باید پرسید: آخر چه چیزی جامعه‌ی ما را از نابهنجاری نجات خواهد داد؟

گروه‌های بیونی

چنان که گفتم، کشور ما در شرایط کنونی‌اش، جایی است مملو از تنش، تروما و آسیب‌های گاه‌وبیگاه، و نتیجه‌ی گریزناپذیر این شرایط چیزی است که می‌بینیم: سستی، ضعف و احساس حقارتی که لااقل بر سر ۶۰ الی ۷۰ درصد مردمان این اجتماع آوار شده است. به نظر همین کافی است تا اغلب مردمان این جامعه را وادارد که بی‌وقفه به دنبال یک مُنجی باشند که قدرت از دست رفتشان را به آنها بازگرداند. این نیاز بنیادین به ظهور یک ناجی و قهرمان را ویلفرد بیون، روان‌کاو سنت روابط موضوعی، در نظریه‌ی بدیعی که درباره‌ی گروه‌ها می‌دهد به‌خوبی تشریح می‌کند. او معتقد است که همان گونه که در دنیای درون‌روانی یک انسان هم ساحت هشیار وجود دارد و هم ساحت ناهشیار، یک گروه نیز واجد ساحت هشیار و نیز ساحت ناهشیار است. بیون در ادامه اذعان می‌دارد که گروهی از سلامت بیشتری برخوردار است که وجه هشیار آن بر وجه ناهشیار غلبه کند. او چنین گروهی را اصطلاحاً «گروه کاری» می‌نامد. در چنین گروهی، قواعد و اهداف مشخصی وجود دارد و رفتار اعضا با یکدیگر هماهنگ است. در چنین گروهی، هر یک از اعضای گروه فعالیت و نقش مشخصی دارد و به یک بیان، نقش کسی با دیگری خلط نمی‌شود و کسی در نقش دیگری دخالت نمی‌کند. به همین دلیل ساده هم هست که در کشوری همچون ایرلند یا حتی برخی کشورهای دیگر اروپایی، بی‌خبری مردمان

جامعه از اینکه فلان وزیرشان کیست یا بهمان مقام بلندپایه‌شان چه کسی است، به‌سان بی‌خبری مردمان ایران است از اینکه کلبه‌های اسکیموها در قطب چه ابعادی دارد! این بی‌خبری نشان از این نکته دارد که وقتی گروهی از سلامت نسبی برخوردار باشد و هرکسی عهده‌دار وظایف مشخص خویش باشد، دیگر کسی به نقش و وظایف دیگران کاری ندارد و چه‌بسا برایش فاقد اهمیت است که از دیگر نقش‌ها مطلع باشد. اما گروهی که وجه ناهشیار آن غلبه دارد، گروهی است بی‌ساختار که به‌جای آنکه قواعد مشخص و جزئی آن را به‌پیش ببرد، فرض‌هایی پایه یا فرض‌هایی نهفته بر آن حاکم است و اعضای گروه به‌جای آنکه فعالانه در تصمیم‌گیری‌ها و انجام نقش‌ها فعال باشند، چشم به‌قدم‌ها و فرمان‌ها سردسته‌ی گروه دارند. بیون این گروه‌ها را گروه‌های «فرض پایه» می‌نامند. او گروه‌های فرض پایه را به سه نوع تقسیم می‌کند و نکته‌ی مهم اینجاست که جامعه‌ی کنونی ایران، واجد ویژگی‌هایی از هر سه نوع گروه فرض پایه است. این سه نوع گروه فرض پایه، به‌قرار زیرند:

۱. گروه درمانده و وابسته: گروهی که در آن، اعضا و اشخاص، عزت نفس پایینی دارند و احساس ناتوانی می‌کنند. چراکه در درازمدت و به‌صورت سیستماتیک ناکام شده‌اند، فقیرند و یا به‌دلیلی احساس حقارت می‌کنند. این انسان‌ها با دهانی باز رو به سردسته‌اند تا آنان را از وضع موجود نجات دهد، و به‌بیان دیگر این انسان‌ها به‌دنبال ناجی و قهرمان‌اند. سؤال بنیادین آن‌ها این است که: کسی پیدانمی‌شود که ما را نجات دهد؟

۲. جنگ-گریز: زمانی شکل می‌گیرد که گروه از درون به‌واسطه اقلیت و از بیرون به‌واسطه گروه‌های دیگر تهدید می‌شود. حال این تهدید می‌تواند واقعی باشد یا خیالی. اگر تهدید داخلی باشد، شعار این است که: پدر اقلیت‌ها را درمی‌آوریم! (مانند یهودی‌ها در آلمان نازی) و اگر بیرونی باشد، باز شعار همان است: به‌هیچ‌عنوان به‌آنهار خصت نفوذ نخواهیم داد، جنگ سردشان را، خنثی خواهیم کرد و پدرشان را درمی‌آوریم! اعضای این گروه نیز

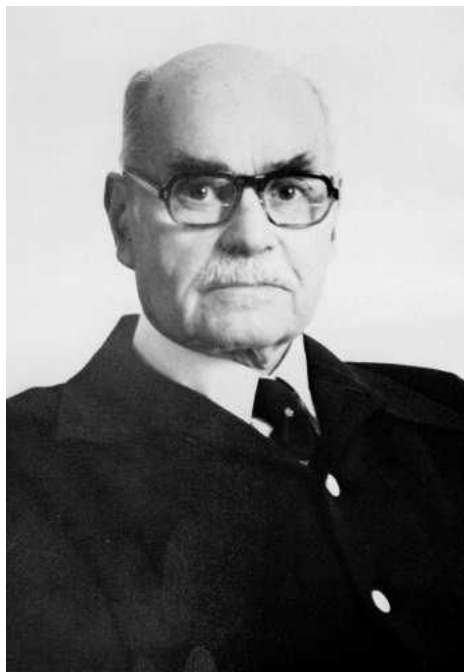
نیاز به سردسته‌ای دارند که آنان را از تهدید نجات دهد. برای به پیش بردن چنین گروهی، یک آدم مقتدر نیاز است که وعده‌ی نجات و بیشتر وعده حفظ هویت گروه بدهد. نتیجه‌ی شکل‌گیری چنین گروهی، معمولاً ایجاد رژیم‌هایی توتالیتر است. در اینجا نیز نقش سایکوپاتی پررنگ است. شخصیت سایکوپات در این موقعیت، اضطراب را کم می‌کند؛ به‌سان پدری قلدر و مقتدر است در خانواده‌ای در معرض تهدید. پرواضح است که در این موقعیت بیشتر به قدرت نیاز است تا فرهنگ و سلامت روان! به یک عبارت دیگر، در چنین گروه یا جامعه‌ای، هیچ اندیشمند یا فرزانه‌ای نمی‌تواند دست به اندیشه‌ورزی و روشنگری بزند، چراکه به یک قول قدیمی، شکم گرسنه، نه به کتاب که به غذا نیاز دارد!

۳. جفتی یا حمایتی (به زبان عامیانه‌تر، تملق‌گرایانه): ویژگی بنیادین چنین

گروهی این است که یکی از افراد گروه، سعی می‌کند به سردسته‌ی گروه نزدیک شده و با او یک زوج تشکیل دهد. حال اعضای دیگر گروه به این زوج امید بسته و معتقد می‌شوند که همکاری این زوج نه‌تنها می‌تواند برای گروه مفید باشد، بلکه ضروری است. معمولاً کسی که به سردسته نزدیک می‌شود، واجد شخصیت نرسی سیستمیک یا سایکوپات

است. پس گویی منظور از جفت شدن، نوعی ائتلاف است. بیون اذعان می‌کند که نتیجه‌ی چنین زوجی، شکل‌گیری تصویری از یک منجی است، نوعی تفکر مسیحایی.

دکتر علی شریعتی در کتاب «بازگشت» خود نکته‌ای را مطرح می‌کند: «علت ناکامی انقلاب مشروطه‌ی ما جز این نبود که رهبران بی‌آنکه به مردم آگاهی اجتماعی و بینایی سیاسی داده باشند، به هدایت خلق و راه‌حل



نهایی پرداختند و یکبار دیگر (همچون پیش و پس آن) دیدیم که ثمره‌ی تحمیل انقلاب بر جامعه‌ای که به آگاهی نرسیده و فرهنگ انقلابی ندارد، جز مجموعه‌ای از شعارهای مترقی؛ اما ناکام نخواهد بود.»

از سوی دیگر، اندیشه‌ی روشنگرانه نیز به تنهایی کاری از پیش نمی‌برد. ساده بگویم: مردمانی که شکمشان گرسنه است و قدرت و عزتشان از آنها ربوده شده، و به جایش ضعف و سستی قرار گرفته، هیچگاه نخواهند اندیشید. در واقع از این شیوه نیز در نهایت یک چیز بر خواهد آمد: دانشجویان و فرهیختگان پخته و ناپخته و سالم و ناسالمی که در فواصل ۲۰ کیلومتری می‌نشینند و اندیشه‌های مختلف را در وسط دود سیگارشان، قرقره می‌کنند!

باری؛ همانگونه که گفتم، این راه حل، راه حلی است بسیار ایده‌آل. در واقع اگر چشم به راه یک وضعیت فرهنگی سالم، همچون وضعیت جاری در اروپا هستیم، احتمالاً باید همان قدری که میان قرون وسطی و عصر حاضر فاصله هست به انتظار بگذرانیم. اما راه حلی رانیز، منتها نه برای حذفِ محتویات زرد که برای کنترل آن، می‌توان پیشنهاد داد. برای طرح این راه حل، بایستی به این نکته که در نوشته‌ی قبلی خود نیز بدان اشاره کردم، توجه کرد:

در حوزه‌های مختلف تخصصی، همچون روان‌شناسی، یا عرضه‌ای وجود ندارد (چرا که به درستی شناخته نشده است و به دلیل وجود مشکلات متعدد اقتصادی-سیاسی، اصلاً بهزیستی روانی، اولویت نخست متخصصین نیست). یا اگر وجود دارد، تقاضا کم است. کم بودن تقاضا خود می‌تواند دو دلیل داشته باشد.

۱. مصادیقی همچون روان‌درمانی در ایران، هیچ‌گاه ذیل پوشش بیمه نرفتند. یا به دلیل مشکلات فرهنگی و اقتصادی متعدد، هیچگاه آن‌طور که باید، بدان‌ها توجهی نشده است.
۲. در بستر یک فرهنگ نارسایستیک-هیستریونیک، بیش از اینکه به حقیقت نیاز باشد،

به چیزی نیاز است که همچون قانون جذب، به مردم قدرتِ نداشته‌شان را بدهد. یعنی:

- به آنها بگوید که همه چیز یک فکر است؛ همه چیز یک هدف در ذهن است؛ هرکسی قادر مطلق است، هرکسی خالق زندگی خویش است؛

- و نیز به چیزی نیاز است که به انسان‌ها به جای خودشان بگوید چه باید کرد و سعادت چیست،

- و یا به آنها راه‌حل‌های سهل الوصول و اغلب خوش بینانه برای مشکلات و پرسش‌ها بدهد!

به همین دلیل اغلب مردم ایران کنونی، بیش از آنکه متخصص و دانشمند بخواهند، به روضه‌خوان نیاز دارند؛ منتها نه روضه‌خوان‌های سنتی، بلکه روضه‌خوان‌هایی این بار با برجسب دکتر و روان‌شناس. در نتیجه حتی تعداد قابل توجهی از روان‌شناسی خوانده‌ها، در عوض پیگیری گرایش‌ها و مسیرهای تخصصی و چه بسا پیچیده و سخت، راه روان‌شناسی زرد و کتاب‌های موفقیت را در پیش می‌گیرند، مردم را به سوی خود جذب می‌کنند، در پیچ‌های اینستاگرامی خود به شاخ! تبدیل می‌شوند و پول‌های هنگفت به جیب می‌زنند.

در این بین به نظر نمی‌رسد که بتوان برخی از مسائل را همچون هزینه‌های هنگفت روان‌درمانی در ایران و ذیل بیمه نرفتن آن، برطرف کرد. اما انجام لااقل دو کار به طور موازی، تا حدی شدنی است.

یکی آنکه اشخاصی که بالقب روان‌شناس، به طرح محتویات زرد پرداخته و از این راه به دنبال سودجویی هستند، شناسایی شده و مورد توبیخ قرار گیرند. البته این راه‌حل، چند وقتی است که توسط انجمن روان‌شناسی ایران پیگیری می‌شود و امید است که به نتایج قابل قبولی منجر شود.

و اما شیوهی مهم‌تری که می‌توان پیش گرفت

نخست باید به شکلی دقیق و وسواس گونه، شناختی مناسب از روان‌شناسی به دست دانشجویان این رشته در دانشگاه‌ها داد. یکی از معضلات بزرگ روان‌شناسی دانشگاهی در ایران، این است که دچار علم‌زدگی، آن هم به معنای پوپری آن شده است و تقریباً تمامی تعاریفی که از علم در کتب درسی دانشجویان روان‌شناسی حضور دارد، به تعریف کارل پوپر از علم خلاصه شده‌اند. از این رو، دانشجویان این رشته، اولاً هیچ شناخت صحیحی نسبت به تمایز محتویات زرد از محتویات معتبر کسب نمی‌کنند، و ثانیاً تنها در زمینه‌هایی تحصیل می‌کنند که مربوط به رفتارگرایی و بعضاً روان‌شناسی شناختی و علوم اعصاب است. تقریباً هیچ جایگاهی برای گرایش‌های روان‌کاوانه و حتی اگزیستانسیال و انسان‌گرایانه، در آکادمی‌های معتبر ایران وجود ندارد و چه بسا اساتید دانشگاه‌ها نیز چندان سوادى در این زمینه‌ها ندارند. در نتیجه اکثر دانشجویان این رشته، یا به شکلی علم‌زده و با صرف تکیه بر ملاک پوپری، شیفته‌ی علوم شناختی و علوم اعصاب یا درمان‌های شناختی-رفتاری می‌شوند تا اعتبار خود را از دست ندهند؛ یا برعکس، بدون کسب شناخت کافی از چیستی روان‌شناسی، و یا در نتیجه‌ی اثرپذیری از مدعیان روان‌شناسی‌های انگیزشی و موفقیت، بر ملاک پوپری می‌شورند و اذعان می‌دارند که کشور ما دچار علم‌زدگی شده است و اتفاقاً، محتویاتی که دیگران زرد می‌نامند، در عمل بسیار کاربردی تر هستند! (این مسئله یکی از نمودها و تجلیات تعصب، در مقابل طغیان علیه باورها و اندیشه‌های رایج است.)

در ثانی، به‌عنوان یک پیشنهاد عملی برای کنترل محتویات زرد، بایستی پس از اصلاح پایه‌های روان‌شناسی آکادمیک، روان‌شناسی زرد را به بدنه‌ی اصلی روان‌شناسی پژوهش محور وارد کرد و از این راه آن را نیز مورد مطالعات دقیق و موشکافانه قرارداد. در واقع بایستی:

۱. ملاکی را برای تشخیص و تمیز روان‌شناسی زرد از روان‌شناسی معتبر معرفی و تشریح کرد.

۲. توجه کرد که بسیاری از مفاهیمی که سبقه‌ی ژرفی در روان‌شناسی مدرن دارند، امروزه به شکلی سطحی و بعضاً سخیف، مورد استفاده‌ی روان‌شناسان موفقیت و انگیزشی قرار گرفته‌اند، همچون «عزت نفس» یا «زندگی در زمان حال». در واقع از آن‌ها تنها یک اشتراک لفظی باقی مانده است. پس بایستی تعریف دقیقی از اصطلاحات و مفاهیم درج شده در روان‌شناسی به دست داد تا تعاریف تحریف شده و زرد از آن‌ها، بیش از این، دستمایه و بازیچه‌ی روان‌شناسان موفقیت و انگیزشی نشود.

۳. تحقیقات منسجمی در زمینه‌ی چِستی دلایل محبوبیت روان‌شناسی زرد در ایران صورت بگیرد و خلأهایی که باعث شده مردم به سوی محتویات زرد سوق پیدا کنند (عدم اطلاع از روان‌شناسی‌های معتبر، فریب توسط بانیان روان‌شناسی زرد، یا نیاز مبرم مردم جامعه به گریختن از اضطراب و تنش یا توسل جستن به پاسخ‌هایی سریع‌النتیجه و ساده‌انگارانه به مشکلات و پرسش‌ها که یکی از وجوه ممیز محتویات زرد از دیگر محتویات است)، پر شود.

۴. همان‌طور که می‌دانیم، یکی از مظاهر و نتایج شکل‌گیری بستری نارسیستیک - هیستریونیک در ایران، نیاز به تجمل‌گرایی و مصرف‌زدگی بوده است. از همین رو یکی از مهم‌ترین مصادیق استفاده از محتویات زرد، استفاده از آن در امور بازاریابی شبکه‌ای و شغل‌های کارآفرینی - محور دیگر است که به انسان‌ها نوید سودهای کلان و ثروت‌های هنگفت می‌دهند. پس بهتر است تحقیقات گسترده‌ای نیز در این زمینه صورت بگیرد که بازاریابان و بعضاً کارآفرینان (که بسیاری شان مجازی هستند!)، به چه شیوه‌هایی، از این محتویات بهره می‌جویند تا مردم را به سمت خود سوق دهند و بعضاً به فریب آن‌ها دست بزنند. **به امید فرداهایی بهتر / سالم‌تر / خوشحال‌تر!**

امیدی که تو زرد از آب در آمد...!

زاویه دید دانشجوی روان‌شناسی

نفیسه ساده

دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه فردوسی
nafiseh.sadeh.81
@gmail.com



علی دستورانی

دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه فردوسی
alidastourani7
@gmail.com



به‌عنوان دانشجویان روان‌شناسی هر کدام ما احتمالاً با قله‌ای بلند از آماز و آرزو و انگیزه پا به دانشگاه گذاشته‌ایم تا در این پهنه‌ی وسیع به کاوش بپردازیم؛ با این حال اولین بازخوردهایی که از دانشجویان کارکشته‌تر دریافت می‌کنیم عموماً حاوی مضامینی مثل این است: «در دانشگاه چیزی یاد نمی‌گیری!» پرسش اینجاست که مگر چه اتفاقاتی در این سال‌های دانشجویی می‌افتد و چه تجربیاتی چه بلاهایی به سر کاخ امیدهایمان می‌آورند؟ اساساً حد انتظار از دانشگاه کجاست و این انتظار تا چه مقدار واقع‌بینانه است؟ مسئولیت و نقش نهاد آکادمیک روان‌شناسی در ایران امروز چیست و تا چه حد می‌توان به گره‌گشایی آن امید داشت؟!؟

دو روی سکه‌ی اقبال روزافزون به روان‌شناسی

روان‌شناسی به‌عنوان شاخه‌ای از علم (Science) در سال‌های اخیر با اقبال روزافزونی مواجه بوده است. به گزارش انجمن روان‌پزشکان آمریکا (APA)، تعداد دانش‌آموزان

دبیرستانی که در آزمون تعیین سطح

روان‌شناسی پیشرفته (Advanced)

(Placement Psychology Test)

شرکت می‌کنند، از ۳۹۱۶ نفر در سال اول



برگزاری این آزمون (۱۹۹۲) به ۳۰۳۰۰۰ نفر در سال گذشته رسیده است. بین ۱/۲ تا ۱/۶ میلیون نفر سالانه در کلاس‌های روان‌شناسی مقدماتی (Introductory Psychology) در دانشگاه‌ها ثبت نام می‌کنند. سهم دانشجویان روان‌شناسی در دانشگاه‌های آمریکا تنها در ۱۰ سال مابین دهه‌های ۸۰ و ۹۰ میلادی از ۴/۵ با ۶/۵ درصد کل دانشجویان رسید و امروزه میان رشته‌های علمی (Scientific) و مهندسی (Engineering) رتبه اول تعداد دانشجویان را دارد. در سال ۲۰۱۴ بیش از ۱۱۷۰۰۰ مدرک کارشناسی روان‌شناسی در آمریکا به محصلان این رشته اعطا شده است. در همین راستا میزان اشتغال هم در میان فارغ‌التحصیلان روان‌شناسی افزایش قابل توجهی داشته و بر طبق پیش‌بینی هارشدی ۱۹ درصدی را مابین سال‌های ۲۰۱۴ تا ۲۰۲۴ تجربه می‌کند که بسیار بیشتر از میانگین کلی ۷ درصدی اشتغال فارغ‌التحصیلان است.

در ایران نیز علی‌رغم در دست نبودن آمارهای دقیق، می‌توان به وضوح افزایش اقبال و پذیرش روان‌شناسی را در جامعه دید. ردپای پذیرفته شدن روان‌شناسی به عنوان رشته‌ای که برای تحصیلات عالی انتخاب می‌شود را می‌توان در رتبه‌های کنکوری که آن را انتخاب می‌کنند مشاهده کرد. همچنین استفاده از خدمات روان‌درمانی با سرعت بالایی در حال رشد است که یکی از عوامل این رشد را می‌توان انگ‌زدایی و تابوشکنی‌های مراجعه به روان‌درمانگر در میان جامعه دانست.

با نگاهی به شرایط مذکور، می‌توان انتظار تغییراتی مثبت در جامعه را داشت. این توجه مضاعف به روان‌شناسی به خودی خود نوید جامعه‌ای سالم‌تر را به ما می‌دهد که افراد آن اهمیت بیشتری برای سلامت روان خود قائل هستند. مشکل اما اینجاست که این توجه مضاعف جامعه خود زمینه‌ساز سوءاستفاده‌هایی را فراهم کرده است که در صورت عدم مقابله، می‌توانند سایه‌ی خود را بر سلامت روان جامعه بگسترانند و مانع رشد آن شوند. روان‌شناسی غیرعلمی در هیبت کتب زرد و نامستدل، بلاگرها و افرادی که بدون داشتن

تخصص در این زمینه به اظهار نظر می پردازند و پکیج ها و سخنرانی های انگیزشی و موفقیت و... روز به روز پیکری فربه تر و مخرب تر را پرورش می دهند.

در دانشگاه ها چه خبر است؟

پرسش اصلی اینجاست که نهاد آکادمیک روان شناسی در ایرانی که پتانسیل بسیاری برای پذیرش خرافه ها و مطالب غیر علمی دارد، به عنوان سنگر اصلی مبارزه با گسترش باورهای مخرب و آسیب زا، چگونه نقش خود را ایفا می کند؟

در شرایطی که گسستگی ناراحت کننده ای میان آنچه دغدغهی اجتماع است و آنچه در دانشگاه به آن پرداخته می شود، ناتوانی غیر قابل انکار دانشگاه در حل مشکلات آحاد جامعه طبیعتاً به تخریب جلوه روان شناسی در جامعه می پردازد. به نظر می رسد دانشگاه از ترجمه یافته های خود به زبانی قابل فهم برای عموم جامعه عاجز است. مشاهدات روان شناسان بنا به آنچه ماهیت علمی آن حکم می کند، در چارچوبی از آمار و احتمالات و نیز اصطلاحات علمی با تعاریف دشوار طبقه بندی می شوند. بدیهی است که کار بست



نیاز به یک سیستم کارآمد آموزشی داریم که بتواند عهده‌دار مسئولیت انتقال این آگاهی به محصلان خود باشد. در زمانی که بسیاری از دانشگاه‌های جهان با تشکیل انجمن‌ها و تشکل‌های مبارزه با گسترش شبه علم، به این وظیفه عمل می‌کنند، چنین اراده‌ای در میان دانشگاه‌های ایرانی دیده نمی‌شود و سیستم آموزشی به وضوح بازدهی کافی برای جلوگیری از گسترش شبه علم در جامعه را ندارد. در این شرایط، سرخوردگی دانشجویان روان‌شناسی احتمالاً از آنجاست می‌شود که آنچه در دانشگاه می‌آموزند با آنچه در محیط زندگی خود می‌بینند مطابق نیست و در عین حال خود آن‌ها نیز در ایجاد تغییراتی هر چند کوچک، ناتوان‌اند.

مشکل از کجاست؟

بنا به مشاهدات و تجربیات دانشجویی شخصی نویسندگان این یادداشت، عوامل پرشماری را می‌توان در این چرخه‌ی ناکارآمد دخیل دانست:

اولین موردی که به طور آشکار در بیشتر محیط‌ها به چشم می‌آید، ناتوانی دانشگاه از ارائه و تثبیت نگرش علمی در دانشجویان است. جایی که لازم است متخصصین و عوامل حاضر در دانشگاه، با نمایش بی‌طرفی و عدم سوگیری، خاصیت ارزش‌گذاری شده نبودن علم (حداقل این طور که ادعا می‌شود ارزش‌گذاری نشده است) را به دانشجویان و محصلان انتقال دهند، اما مواجهه دانشجویان با افرادی که از علم برای تأیید مفروضات و اعتقادات قبلی خود استفاده می‌کنند ضربه مهلکی به پیکره‌ی روان‌شناسی علمی وارد می‌کند. در محیطی که بانیان تعلیم و تربیت، مستند و مستدل صحبت کردن را در دستور کار خود قرار ندهند، نمی‌توان انتظار داشت دانشجویان و محصلانش چنین نگرشی را در خود پرورش دهند. درست‌پنداری فرضیه‌های شخصی و محقق دانستن خود در مورد موضوعات آزمایش نشده، اخلاقی است که متأسفانه بسیار در میان قشر دانشگاهی

دیده می‌شود و این آسیب رانه‌تها در روان‌شناسی که به‌طور کلی در علوم انسانی می‌توان مشاهده کرد. این نگرش با قرار گرفتن در یک چرخه‌ی بازتولید، توانایی انتقال بین نسل‌ها را داشته و تا در جایی متوقفش نکنند، به بازتولید خود ادامه می‌دهد و به تداوم نگرش‌های غیر علمی و بی‌فایده که گرهی از مشکلات جامعه باز نمی‌کند، یاری می‌رساند. مبارزه با باورهای خرافی در جامعه نیازمند یک اراده‌ی سیستماتیک و نظام‌مند است؛ اراده‌ای که به‌هیچ‌وجه در دانشگاه‌های ایران ردی از آن دیده نمی‌شود و فقدان آن خود احتمالاً به علل بسیاری گره‌خورده است.

در این میان، می‌توان سیاست‌هایی که به دانشجویان دیگر رشته‌ها اجازه می‌دهد تا بدون داشتن پیش‌زمینه‌ی علوم انسانی در مقطع کارشناسی، به ادامه‌ی تحصیل در روان‌شناسی بپردازند نیز در ناکارآمدی سیستم آموزشی مؤثر است. آنچه تحصیلات کارشناسی روان‌شناسی به افراد می‌دهد، بسیار بیشتر و عمیق‌تر از مطالب کتاب‌هایی است که می‌توان با مطالعه‌ی آن‌ها ظرف چند ماه، در کنکور کارشناسی ارشد روان‌شناسی قبول شد. در واقع عینکی که تحصیل روان‌شناسی به چشم دانشجویان خود می‌گذارد، ظرف دوره‌ی چهار ساله‌ای از مشاهده رفتار و افکار در جامعه، به آمادگی نسبی محصلان روان‌شناسی برای تبدیل شدن به فردی که در عمل توانایی ایجاد تغییرات مثبت دارد می‌انجامد و این سواد است که نمی‌توان تنها با مطالعه فشرده و کوتاه‌مدت منابع کنکور به آن رسید. پختگی در علوم انسانی فرایندی است که تنها با مطالعه به دست نمی‌آید و مستلزم درگیری مداوم اندیشه با مسائل و دغدغه‌هاست و دادن اجازه تحصیل در مقاطع بالاتر به افرادی که هیچ پایه‌ی آکادمیکی از علوم انسانی ندارند ریسک بزرگی به شمار می‌رود. طبیعتاً چنین قاعده‌ای برای تمام جامعه صادق نیست، اما آسیب‌های جدی و بالقوه‌ای که از این اتفاق ناشی می‌شوند، ارزش این ریسک را زیر سؤال می‌برند.

منشأ دیگری که می‌توان برای سرخوردگی دانشجویان و کاهش انگیزه‌شان قائل شد،

محتوای آموزشی تکراری و ناقصی است که طی ترم‌های متوالی تنها بر خستگی و کلافگی دانشجویان می‌افزاید. وجود واحدهای متعدد فلسفی تنها در صورتی می‌تواند مفید واقع شود که بر عمق درک دانشجویان از چیستی و چرایی علم روان‌شناسی بیفزاید، باین حال نگاه‌های سوگیرانه‌ی منابع این دروس و محتواهای سطحی که در کتاب‌ها و بعضاً کلاس‌های آن ارائه می‌شود، با کشاندن اذهان دانشجویان به ورطه جزم‌اندیشی و دگماتیسم، پیامدی جز دریغ شدن فرصت آزاداندیشی از دانشجویان ندارد. علوم انسانی عرصه‌ی پرواز افکار است و ندادن این مجال به دانشجویان در جایی که برای این منظور تعبیه شده، نتیجه خوشایندی نخواهد داشت. دخیل کردن نگاه‌های خاص و مشخص در علمی که همواره پذیرای متضادترین عقاید در تاریخ خود بوده است، نمی‌تواند به خروجی کارآمد و مطلوبی منجر شود.

غناي خروجی دانشگاهی رشته‌های علوم انسانی وابسته به تنوع عقاید و اندیشه‌هایی است که در آن پرورش می‌یابند. ذات این علوم حکم به این تنوع می‌دهند و پیشرفت آن‌ها از دل همین مخالفت‌ها حاصل می‌شود. طبیعتاً در این شرایط نباید منابع در جهت پرورش افرادی با عقاید و اندیشه‌های یکسان صرف شوند و انتظار تربیت محصلانی که نگرش‌های مشابهی دارند خطاست. باین وجود انتقال روش صحیح کسب این عقاید و اندیشه‌ها، ضرورتی است که دانشگاه باید به آن عمل کند. بدیهی است که نمی‌توان بازده کاملی در این مسئولیت به وجود آورد و قرار هم نیست که تمام خروجی‌های دانشگاه، مهارت‌های یکسانی در این عرصه کسب کرده باشند یا تمام آن‌ها افراد فعالی باشند که در پی ایجاد تغییرات مثبت در جامعه به پویش و کوشش پردازند. نمی‌توان این نگرش را به خیلی از افرادی که نیازی برای آن احساس نمی‌کنند منتقل کرد و ایجاد این احساس نیاز هم در هر کسی ممکن نیست. اما آنچه مبرهن است این است که همواره پله‌ای بالاتر از جایگاه فعلی ما وجود دارد و راه‌هایی برای بهتر شدن و افزایش بازدهی پیش پای ما

هستند. در شرایط فعلی، بسیاری از این احساس نیازها در دانشگاه سرکوب می‌شوند و با چرخاندن نگاهی در جامعه‌ی دانشجویان روان‌شناسی، می‌توان انبوه دانشجویان سرخورده‌ای را دید که مسیر رسیدگی به دغدغه‌هایشان را گم کرده‌اند و دانشگاه از دراز کردن دست یاری به آنها ناتوان است؛ و این خود زمینه‌ساز گرایش بیشتر اجتماع به شبه علم و باورهای خرافی می‌شود، گرایشی که اگر تا به امروز به محیط دانشگاه وارد نشده باشد، قطعاً در پشت درهای آن به انتظار ایستاده است و این در حالی است که مسیر اصلاح، بسیار طولانی و آکنده از موانع گوناگون به نظر می‌رسد.

استیگما



داغ ننگ، تعصب و تبعیض علیه بیماران روانی



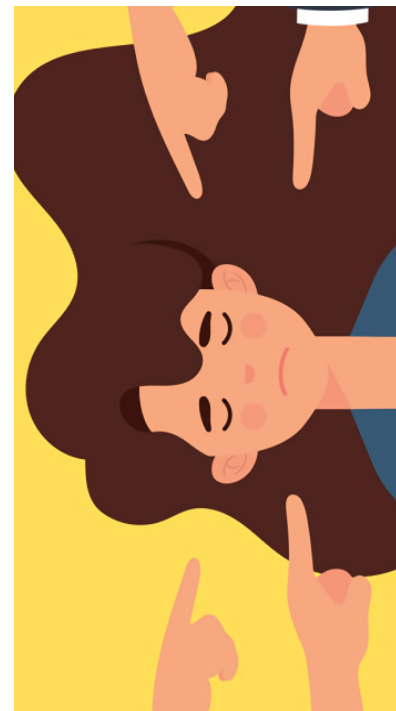
این متن ترجمه‌ای است از www.psychiatry.org/patients-families/stigma-and-discrimination
بیشتر از نیمی از افراد مبتلا به بیماری روانی، کمکی به منظور درمان اختلالات خود دریافت نمی‌کنند. به طور معمول، این افراد از ورود به پروسه‌ی درمان اجتناب می‌کنند و یا آن را به تعویق می‌اندازند زیرا نگران آن هستند که با آن‌ها به گونه‌ای متفاوت رفتار شود یا شغل و معیشت خود را از دست بدهند. داغ ننگ، تعصب و تبعیض علیه بیماران روانی می‌تواند جلوه‌ی آشکاری یا پنهان داشته باشد اما چیزی که اهمیت دارد، جلوه‌ی آن نیست بلکه آسیبی است که در هر حال به همراه می‌آورد. بیماران روانی معمولاً به حاشیه‌رانده می‌شوند و به شیوه‌های مختلفی مورد تبعیض قرار می‌گیرند، اما فهم چرایی و چگونگی این موضوع می‌تواند در حل آن تاثیرگذار باشد.
داغ ننگ معمولاً از کج فهمی یا ترس افراد ناشی می‌شود که رسانه‌ها با ارائه تصویری غلط از اندازه از بیماری‌های روانی، به بدتر شدن این پدیده دامن می‌زنند. بررسی‌ای که از مطالعات بر روی داغ ننگ به عمل آمده است، نشان می‌دهد که با اینکه عموم مردم، جنبه‌ی پزشکی و ژنتیکی اختلالات روانی و ضرورت درمان آنها را درک کرده‌اند، همچنان نگاهی منفی به این بیماری‌ها دارند.

در این مطالعات، سه نوع متفاوت از داغ ننگ شناسایی شده‌اند:

داغ ننگ عمومی: که شامل دیدگاه‌گیری‌های منفی و تبعیض آمیز مردم در

آتوسا قیصری

دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه اصفهان
atousagheysari.psy@gmail.com



مورد بیماری های روانی است.

خودننگ زنی/ داغ ننگ شخصی : به نگرش منفی و شرم درون ریزی شده ای که شخص مبتلا به بیماری روانی نسبت به خود دارد، اشاره می کند.

داغ ننگ سازمانی : این داغ ننگ بیشتر سیستماتیک است و شامل موضع گیری ها و قوانین دولت و سازمان های خصوصی می شود که عامدانه یا غیرعامدانه، فرصت ها را برای افراد مبتلا به بیماری روانی محدود می کنند. به عنوان مثال، اختصاص بودجه ی کمتر به تحقیقات مربوط به اختلالات روانی و خدمات درمانی کمتر برای این دسته از بیماری ها نسبت به بیماری های دیگر از جلوه های این داغ ننگ است.

تاثیر داغ ننگ، نه تنها بر روی افراد مبتلا، بلکه بر عزیزان و نزدیکانشان که آنها را حمایت می کنند، قابل ملاحظه است. داغ ننگ بیماری روانی، به خصوص در میان اقلیت های قومی و نژادی مسئله ای مبرم تلقی می شود و می تواند مانع بزرگی بر سر راه افراد مربوط به این گروه ها برای دریافت خدمات درمانی باشد. برای مثال، در برخی فرهنگ های آسیایی، دریافت کمک حرفه ای برای مشکلات روانی، می تواند با یکسری از ارزش های فرهنگی شرقی همچون خانواده ی قدرتمند، خویشتن داری احساسی، آبرو داری و اجتناب از شرم در تضاد باشد. در میان برخی گروه ها از جمله آمریکایی های آفریقایی تبار، عدم اعتماد به سیستم بهداشت و درمان نیز می تواند مانعی برای دریافت کمک درمانی باشد.

انواع استیگما عمومی شخصی سازمانی

کلیشه ها و تعصبات افراد مبتلا به بیماری روانی، خطرناک، ناکارآمد، غیر قابل یش بینی و مقصر بیماری خود هستند. من خطرناک، ناکارآمد و قابل سرزنش هستم. کلیشه ها در قوانین و خط مشی سازمانها جلوه گرمی شوند. تبعیض حاصل از آنها بنابراین، صاحب کارها و مدیران، این افراد را استخدام نمی کنند، صاحب خانه ها به آنها خانه اجاره نمی دهند و سیستم بهداشت و درمان اقدامات کمی برای درمان آنها انجام می دهد. این افکار به کاهش عزت نفس و خود بسندگی می گردد و فرد با خود فکر می کند: چرا تلاش کنم؟ کسی مثل من ارزش سالم بودن ندارد.

محروم کردن عمدی یا عمدی افراد با مشکلات روانی از فرصت ها و موقعیت ها

همان گونه که ذکر شد، تصویری که رسانه ها از افراد مبتلا به بیماری روانی نشان می دهد می تواند ادراک افراد و مسئله ی داغ ننگ را تحت تاثیر قرار دهد. این تصاویر در اغلب اوقات، منفی، نادرست و یا خشونت آمیز بوده اند. پژوهشی که در آوریل ۲۰۲۰ منتشر شد، مصداقی نسبتاً جدید از این موضوع را مورد بررسی قرار داد: فیلم محبوب جوکر (۲۰۱۹) که شخصیت اصلی آن، فردی با بیماری روانی است که در نهایت به اعمال خشونت آمیز (قتل و...) روی می آورد. این پژوهش نشان داد که تماشای این فیلم با افزایش میزان تعصب بر علیه بیماران روانی همراه بوده است. به علاوه، این پژوهش پیشنهاد می کند که "جوکر" ممکن است خود ننگ زنی را میان بیماران روانی تشدید کرده و باعث شود که این افراد درمان خود را به تعویق بیندازند. داغ ننگ مربوط به بیماری روانی، یک پدیده ی جهان شمول است. پژوهشی که در این حیطه و در سال ۲۰۱۶ انجام شد، این گونه نتیجه گرفت که "هیچ کشور، جامعه یا فرهنگی وجود ندارد که در آن بیماران روانی، ارزش اجتماعی برابر با افراد بدون بیماری روانی داشته باشند."

تاثیرات مخرب داغ ننگ و تبعیض

داغ ننگ و تبعیض می توانند نقش مهمی در بدتر کردن علائم اختلالات و کاهش احتمال دریافت درمان از سوی بیماران روانی، ایفا کنند. تحقیق گسترده ای که اخیراً انجام شده است، حکایت از آن دارد که خود-ننگ زنی در میان افراد با بیماری روانی حاد می تواند اثرات منفی بسیاری بر فرایند درمان آنها داشته باشد. از جمله:

- کاهش امید به بهبودی
- کاهش عزت نفس
- تشدید علائم
- اختلال در روابط اجتماعی

● کاهش احتمال ادامه دادن درمان (برای مثال قطع روند روان درمانی یا قطع خودسرانه‌ی داروهای تجویز شده)

● اختلال در زندگی شغلی و محیط کار

در پژوهشی که در سال ۲۰۱۷ بر روی ۲۰۰ بیمار روانی به مدت ۲ سال انجام گرفت، مشخص شد که هر چه میزان خود-ننگ زنی در افراد بالاتر باشد، میزان بهبودی در آنها کاهش می‌یابد. مجله‌ی Lancet در سرمقاله‌ای به این موضوع اشاره می‌کند که تاثیرات داغ ننگ، بسیار فراگیر بوده و بر شوق و شوق سیاسی، جمع‌آوری کمک‌های خیریه، حمایت از خدمات محلی و کمبود بودجه‌ی تحقیقات برای بیماری‌های روانی نسبت به سایر بیماری‌ها تاثیرگذار بوده است.

از دیگر اثرات مخرب داغ ننگ می‌توان به موارد زیر اشاره کرد:

● مقاومت در برابر گرفتن کمک درمانی یا متعهد ماندن به روند درمان

● انزوای اجتماعی

● درک نشدن از سوی خانواده، دوستان، همکاران و...

● فرصت‌های شغلی و تحصیلی کمتر، کاهش فعالیت‌های اجتماعی و به مشکل برخوردن برای اجاره یا خرید مسکن

● مورد قلدری، خشونت فیزیکی یا تعرض قرار گرفتن

● زیر پوشش بیمه‌ی سلامت قرار نگرفتن

● باور شخص به اینکه هرگز از پس چالش‌های زندگی خود بر نمی‌آید و نمی‌تواند موقعیت فعلی خود را بهبود بخشد.

داغ ننگ در محل کار:

بر طبق یک نظرسنجی ملی که در سال ۲۰۱۹ توسط انجمن روانپزشکی آمریکا انجام شد، که داغ ننگ مربوط به بیماری‌های روانی کماکان یک چالش جدی در محل کار به شمار می‌آید. چیزی در حدود نیمی از کارمندان نگران مطرح کردن مشکلات مربوط به سلامت روان خود بودند و بیش از ۳۰ درصد از کارمندان نگران آن بودند که در صورت درمان جستن برای بیماری روانی خود، از کار اخراج شوند و تنها ۱۱ نفر حداقل تا حدی قادر بودند که به راحتی در مورد بیماری روانی خود صحبت کنند و بیشتر کارمندان گفتند که در صورتی که یکی از همکارانشان که با بیماری روانی دست و پنجه نرم می‌کند، نیاز به کمک داشته باشد، آنها مایلند که به او کمک کنند هر چند از میان همین کسانی که مشتاق به کمک بودند، چیزی در حدود ۱ در هر ۴ نفر اظهار داشتند که نمی‌دانند چگونه باید به این افراد کمک رسانند.

مقابله با داغ ننگ

تحقیقات نشان می‌دهند که در تماس بودن یا شناختن کسی که مبتلا به بیماری روانی باشد، یکی از بهترین روشها برای کاهش داغ ننگ است؛ کسانی که بیماری خود را روایت کرده و در مورد آن صحبت می‌کنند نیز می‌توانند نقش مثبتی ایفا کنند. زمانی که ما از نزدیک با یک بیمار روانی در تماس باشیم، برای ما کمتر هراسناک به نظر می‌آیند و بهتر می‌توانیم با وضعیت آنها ارتباط برقرار کنیم. مطالعه‌ای که در سال ۲۰۱۶ در همین باب انجام شد این گونه نتیجه گرفت که تلاش‌هایی که برای کاهش داغ ننگ انجام می‌گیرد می‌توانند هم در سطح فردی و هم در سطح جمعیتی موثر باشند و قدرتمندترین شاهد برای این موضوع، تلاش‌های بلندمدت و ضد-داغ ننگ بود که شامل ارتباط برقرار کردن با کسانی بود که به مدت طولانی با بیماری روانی درگیر بوده‌اند و تجارب زیسته‌ای در این حیطه داشتند.

حدود ۳ نفر از هر ۴ فرد جوانی که در فضای مجازی به دنبال کسب اطلاعات در مورد افسردگی هستند، می‌گویند که می‌خواهند روایت شخصی کسانی که در گذشته از این بیماری رنج می‌کشیده‌اند را از زبان خودشان بشوند. بسیاری از سلبریتی‌ها از جمله دمی لواتو، دواین جانسون، مایکل فلیز، تاراجی پی هنسون و لیدی گاگا داستان خود را در مورد چالش‌هایی که سلامت روان‌شان را تحت تاثیر قرار داده است، با عموم به اشتراک گذاشته‌اند و دیدن ترتیب گفت و گو در این حیطه، بیشتر از پیش وارد رسانه جمعی و گفت و گوهای روزمره شده است و جوانان در فضای مجازی به دنبال اطلاعات بیشتر در مورد سلامت روان و روایت‌های افراد مبتلا هستند.

پژوهشی که در سال ۲۰۲۰ بین ۱۴ تا ۲۲ ساله‌های آمریکایی انجام شد، حاکی از آن است که ۹۰ درصد از جوانانی که علائم افسردگی را تجربه می‌کنند به طور آنلاین، مشغول تحقیق و کسب اطلاعات در مورد مسائل سلامت روان هستند و بیشتر آنها به داستان‌هایی که افراد مبتلا در وبلاگها، پادکستها و ویدیوها به اشتراک می‌گذارند، دسترسی دارند. حدود ۳ نفر از هر ۴ فرد جوانی که در فضای مجازی به دنبال کسب اطلاعات در مورد افسردگی هستند، می‌گویند که می‌خواهند روایت شخصی کسانی که در گذشته از این بیماری رنج

می کشیده اند را از زبان خودشان بشوند. کمپین های بازاریابی اجتماعی نیز می توانند تاثیرگذار باشند؛ برای مثال پژوهشی که تاثیرگذاری یک کمپین بازاریابی اجتماعی ضد-داغ ننگ در کالیفرنیا می پرداخت، نشان داد که این کمپین با کمک کردن به مردم به منظور درک بهتر از نشانه های فشار روانی و بالا بردن آگاهی در مورد خدمات در دسترس، استفاده از خدمات مربوط به بهداشت روان را افزایش داده است. محققان این پژوهش، تخمین زدند که اگر همه ی بزرگسالان با یک بیماری روانی محتمل، توسط کمپین بازاریابی اجتماعی کالیفرنیا شناسایی شوند، ۴۷ درصد از آنها درمان دریافت خواهند کرد و این در حالی است که اگر همان افراد توسط این کمپین شناسایی نشوند، تنها ۳۶ درصد از آنها خدمات درمانی دریافت می کنند. اتحادیه ملی بیماری های روانی در آمریکا (NAMI) در مورد این که هر یک از ما چگونه می توانیم از داغ ننگ بیماری روانی بکاهیم، پیشنهادهایی ارائه داده است:

● **توانمندسازی را جایگزین شرمگین بودن و شرمگین کردن کنید** "من با انتخاب یک زندگی توانمندانه، با داغ ننگ بیماری خود مبارزه می کنم. برای من، این بدین معناست که مالک زندگی و روایت خود باشم و به دیگران اجازه ندهم به من تحمیل کنند که خود را چگونه نشان دهم و نسبت به خود چه احساسی داشته باشم." **ول فلچر، یکی از افرادی که در فیسبوک به پرسش " چگونه با داغ ننگ مبارزه می کنید؟" پاسخ داده است.**

با اینکه که داغ ننگ و تبعیض همچنان در محیط های کاری رایج است، کارفرمایان به طور فزاینده ای به دنبال کاهش این موارد هستند. مرکز بنیاد سلامت روان در محل کار (وابسته به APA)، هم بر اهمیت خدمات مناسب در حیطه ی سلامت روان و هم بر تلاش به منظور شکستن سکوت و صحبت در مورد بهداشت روان، تاکید می کند. به کارفرمایانی که تلاش در راستای این اهداف را بر عهده گرفته اند، موارد زیر پیشنهاد می شوند:

● **در مورد سلامت روان، بی پرده صحبت کنید مثل کسانی که روایت خود را در فضای مجازی به اشتراک می گذارند.**

● **برنامه و رویکردها را با فرهنگ محیط کار و نقاط قوت فعلی آن تنظیم کنید.**

● **خود و دیگران را آموزش دهید و با به اشتراک گذاشتن حقایق علمی و تجربیات خود، به کج فهمی ها و نظرات منفی افراد پاسخ دهید.**

● **هر بار که تعهد شرکت را به خط مشی های کلی آن در حیطه سلامت، جذب و حفظ مستعدترین افراد، ارزش قائل شدن برای کارکنان و... ذکر می کنید، تعهد خود را به مدیریت یک محیط کار سالم (از نظر اخلاقی) نیز یادآور شوید.**

● **حواستان به زبان و طرز بیان باشد به مردم گوشزد کنید که متوجه کلمات و القابی که در مورد بیماران روانی به کار می برند، باشند.**

● **به رهبران شرکت آموزش دهید که فشار عاطفی و هیجانی کارکنان را تشخیص داده، ارجاعات لازم را انجام دهند و نسبت به مسائل مربوط به عملکرد رفتاری کارکنان، بی درنگ و ساختار یافته پاسخگو باشند.**

● **برابری میان بیماری روانی و بیماری جسمی را تشویق کنید طرز رفتار مردم نسبت به کسی که دیابت یا سرطان دارد و کسی که از اختلال روانی رنج می برد را مورد مقایسه قرار دهید.**

● **نیاز کارکنان جدید به تطابق با محیط کار را درک کنید و به مدیران آموزش دهید که به طور مناسب، به این افراد عکس العمل نشان دهند.**

● **همدردی کنید و نسبت به بیماران روانی از خود شفقت نشان دهید.**

● **اگر درمان روانی دریافت می کنید، در مورد آن صادق باشید تحت درمان روانی بودن را عادی سازی کنید؛ درست مانند درمان های مربوط به مشکلات جسمی و...، رسانه ها را آگاه سازید اگر رسانه ها از بیان تبعیض آمیزی که داغ ننگ افراد را تشدید می کند بهره می برند باید به آنها اطلاع داد.**





فمینیسم چیست؟

خوانشی گزینش شده از «نظریه‌ی فمینیستی معاصر» در کتاب نظریه‌های جامعه‌شناسی معاصر جورج ریتزر



نظریه فمینیستی بخشی از رشته‌ی پژوهش در باب زنان به شمار می‌آید که به طور ضمنی، یا رسمی، نظام فکری گسترده و عامی را در مورد ویژگی‌های بنیادی زندگی اجتماعی و تجربه‌های انسانی، از چشم‌انداز زنان ارائه می‌کند. نیروی محرک در نظریه‌ی فمینیستی، دو پرسش بنیادین است:

• **درباره‌ی زنان چه می‌دانیم؟**

• **چرا وضع زنان بدین صورت است؟**

همین دو پرسش در نظر فمینیست‌ها، در فهم ما از جهان نوعی دگرگونی انقلابی پدید می‌آورند و ما را به این کشف سوق می‌دهند که هر آنچه تاکنون به عنوان دانش کلی و مطلق از جهان به شمار آورده‌ایم، در واقع دانشی است که از تجارب بخش قدرتمند جامعه، یعنی مردان سرچشمه می‌گیرد. اجتماع پژوهشی معاصر، به‌گونه‌ای نمایان کشف کرده است که آنچه تاکنون تجربه پنداشته شده است، در واقع امر، شرحی جزئی‌بینانه از کنشگران مرد و تجربه‌های آنان بوده است. حال برای آنکه بتوان درباره‌ی هر موقعیت اجتماعی، به فهم و الگوی تازه‌ای دست یافت، باید مجموعه‌ی کلی کنشگران (که دربردارنده‌ی زنان و مردان، به‌طور یکسان است) را بازشناسی کرد. اگر همین جهان را از دیدگاه کسانی بفهمیم که تاکنون نامرئی، پنهان و بی‌اعتبار بوده‌اند، دوباره کشف کنیم، دانش تک‌بعدی ما نسبت می‌یابد؛ یعنی این جهان را از دیدگاه کسانی بفهمیم که تاکنون در نقش زیردست بودند ولی قطعاً وجودشان در جهت ابقاء و بازآفرینی جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنیم ضروری بوده است و چه بسا خدمت‌های بسزایی نیز کرده‌اند.

فریناز ارشی

دانشجوی فلسفه‌ی دانشگاه اصفهان
farinaz1380arshi@gmail.com



”

راه حل نابرابری جنسی را باید در نابودی ستمگری طبقاتی یافت.

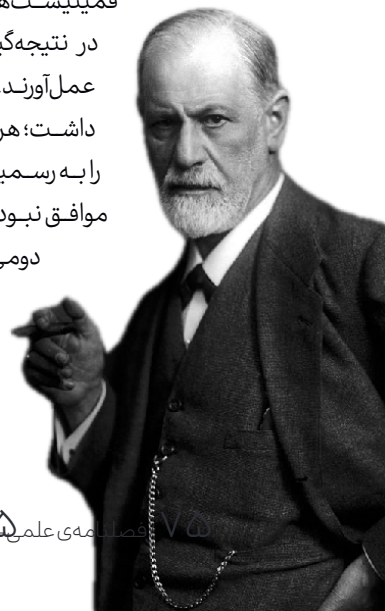
پیشبرد روند سودآوری سرمایه‌داری کمک می‌کنند. سرانجام، باید به این واقعیت - که برای مارکسیست‌ها چندان اهمیتی ندارد - اشاره کرد که همسر مزدبگیر برای شوهرش قدری هم امکان قدرت‌نمایی شخصی فراهم می‌سازد و بدین ترتیب، بی‌قدرتی عملی او را در جامعه تا اندازه‌ای جبران می‌کند. پس، زنان به‌خاطر اختلاف منافع اساسی و مستقیم میان دو جنس، بلکه بر اثر اعمال ستمگری طبقاتی و همراه با آن، نابرابری در مالکیت، استثمار کار و از خودبیگانگی، با مردان نابرابر شده‌اند. به نظر می‌رسد این واقعیت که زنان هر طبقه‌ای نسبت به مردان آن طبقه محروم‌ترند و نه برعکس، از نظر فمینیست‌های مارکسیست علت ساختاری نزدیکی ندارد. در نتیجه، راه حل نابرابری جنسی را باید در نابودی ستمگری طبقاتی یافت. این نابودی از طریق کنش انقلابی یک طبقه مزدبگیر متحد که هم زنان و هم مردان را در برگیرد، تحقق‌پذیر است.

۳. نظریه ستمگری جنسی

همه‌ی نظریه‌های ستمگری جنسی موقعیت زنان را پیامد رابطه‌ی قدرت مستقیم میان زنان و مردان می‌انگارند؛ رابطه‌ای که طی آن مردان که منافع عینی و بنیادی برای نظارت، سوءاستفاده، انقیاد و سرکوبی زنان دارند، از طریق اعمال ستم جنسی بر زنان، این منافع را برآورده می‌سازند.

فمینیسم روانکاوانه

فمینیست‌های روانکاوانه معاصر می‌کوشند با کاربرد نظریه‌های فروید و وارثان فکری‌اش، پدرسالاری را تبیین کنند. فمینیست‌ها برای کاربرد نظریه‌های فروید باید در نتیجه‌گیری‌هایش تجدیدنظری بنیادی به عمل آورند. خود فروید آشکارا گرایش پدرسالارانه داشت؛ هرچند تفاوت‌ها و نابرابری‌های جنسی را به رسمیت می‌شناخت و با ستمگری جنسی موافق نبود. زنان از نظر فروید، انسان‌های درجه دومی‌اند که سرشت بنیادی روانی‌شان آن‌ها را برای یک زندگی نازل‌تر از زندگی مردان سازگار ساخته است؛ بنابراین، نظریه‌پردازان فمینیست



از یک‌سوی باید در جهاتی گام بردارند که به طور ضمنی در نظریه‌های فروید مشخص شده‌اند و از سوی دیگر باید نتیجه‌گیری‌های جنسی فروید را رد کنند. شاخص فمینیسم روانکاوانه این نظر است که نظام پدرسالاری نظامی است که همه مردان طی کنش‌های فردی روزانه‌شان، پیوسته و فعالانه در جهت خلق و نگهداشت آن می‌کوشند. زنان نیز تنها گهگاه در برابر این نظام مقاومت می‌کنند، ولی بیشتر به آن تن می‌دهند و یا در جهت انقیاد خودشان فعالانه عمل می‌کنند.

معمایی که فمینیست‌های روانکاوانه درصدد حل آن‌اند، این است که چرا مردان در همه‌جا کوشش عظیم و خستگی‌ناپذیری را در جهت ابقای پدرسالاری به کار می‌بندند و چرا زنان کوشش متقابلی را در جهت مقابله با این نظام به کار نمی‌برند؟

فمینیست‌های روانکاوانه ضمن جست‌وجوی مبانی توان پدرسالاری، دو تبیین ممکن را برای تسلط مردان بر زنان تشخیص داده‌اند: یکی هراس از مرگ و دیگری، محیط اجتماعی - عاطفی که شخصیت کودکان در آن شکل می‌گیرد. هراس از مرگ (یعنی هراس از متوقف شدن جریان فردیت شخص) در نظریه‌های روانکاوانه، یکی از آن قضایای اساسی است که هرکس در هرکجا باید گهگاه با آن روبرو شده و در نتیجه وحشت را تجربه کرده باشد. نظریه‌پردازان فمینیستی که این مضمون را مطرح می‌کنند، می‌گویند که زنان به‌خاطر درگیری نزدیک و وسیعی که با زایش و پرورش زندگی‌های تازه دارند، نوعاً بسیار کمتر از مردان از تشخیص میرایی‌شان رنج می‌برند. به هر روی، مردان در برابر چشم‌انداز نابودی فردی‌شان با وحشت عمیق‌تری واکنش نشان می‌دهند و یک‌رشته تدابیر دفاعی برای خود در پیش می‌گیرند که بیشتر آن‌ها به تسلط بر زنان می‌انجامند. مردان به تولید چیزهایی سوق داده می‌شوند که از آن‌ها ماندنی‌تر باشند - هنر و معماری، ثروت و اسلحه، علم و دین. همه این‌ها در مرحله بعدی به منابع تسلط مردان بر زنان (و چه بسا مردان بر مردان) تبدیل می‌شوند. مردان قدری به‌خاطر رشک بردن به نقش تولیدمثل زنان و بخشی هم بر اثر میل شدیدشان به نامیرایی از طریق فرزندان، درصدد نظارت

”

فمینیست‌های روانکاوانه ستمگری را بر حسب نیاز عاطفی عمیق مردها به تحت نظارت در



بر روند تولید مثل برمی آیند. آن‌ها مدعی مالکیت زنان می‌شوند، در صدد نظارت بر جسم زنان برمی آیند و از طریق اعمال هنجارهای مشروعیت و حق پدری، نسبت به محصولات بدن‌های زنان، یعنی فرزندان، ادعای حق مالکیت می‌کنند. سرانجام، مردان بر اثر هراس، می‌کوشند تا خودشان را از هر چیزی که می‌تواند یادآور بدن‌های میرایشان باشد، جدا سازند. آن‌ها ضمن آنکه پیوسته می‌کوشند تا خود را از میرایی‌شان رها سازند و آن را انکار و سرکوب کنند، همه این جنبه‌های وجودی را نیز انکار و سرکوب کرده و تحت نظارت خود در می‌آورند و زنان که به گونه نمادین همه این موضوع‌های ممنوع را منعکس می‌سازند، باید به‌سان یک موجود دیگر در نظر گرفته شوند، موجودی که باید از او هراس داشت و پرهیز کرد و تحت نظارتش درآورد. مضمون دوم فمینیسم روانکاوانه بر محور رشد در آغاز کودکی و این واقعیت دور می‌زند که در جوامع بشری بچه‌ها و کودکان نخستین و تعیین‌کننده‌ترین دوره رشدشان را در رابطه نزدیک، ناگسستنی و صمیمی با یک زن، مادری یا جانشین مادرشان، می‌گذرانند. بچه مذکر از همان آغاز در فرهنگی رشد می‌یابد که برای مردانگی ارزش مثبتی قائل می‌شود ولی به زنانگی بهای کمی می‌دهد. پسریچه که بیش از پیش از هویت مردانه‌اش آگاهی می‌یابد، به سرعت و به گونه‌ای کامل هویت خویش را از زن یا مادر جدا می‌سازد. در بزرگسالی، بقایای احساسات عاطفی دوران کودکی نسبت به زنان - نیاز، عشق، نفرت و احساس تملک - به صورت جست‌وجوی زنی که خود را از آن یک مرد بدانند و ضمن برآوردن نیازهای عاطفی مرد خود، وابسته و تحت نظارتش باشد، دوباره فعال می‌گردد. اما دخترریچه که همان احساسات را نسبت به زن یا مادر دارد، هویت زنانه خودش را در فرهنگی که به زنان بهای کمی می‌دهند حفظ می‌کند. او با احساساتی عمیقاً دوپهلو در مورد خود و زن یا مادرش رشد می‌کند و همین حالت دوپهلو بسیاری از توانایی بالقوه‌اش را که می‌تواند برای مقاومت در برابر انقیاد اجتماعی‌اش بسیج کند، هدر می‌دهد. در عوض، بر آن می‌شود که بقایای عاطفی‌اش را در دوران بزرگسالی با جذابیت جنسی و وابستگی به یک مرد، نیاز

و وابستگی عاطفی به زنان (خواهر، مادر و دوستان مؤنث) و بازتولید رابطه اولیه ولی معکوس کودک-زن از طریق مادر شدن خودش، به تحلیل برد.

پس فمینیست‌های روانکاو ستمگری را بر حسب نیاز عاطفی عمیق مردها به تحت نظارت درآوردن زن‌ها تبیین می‌کنند؛ برداشتی که مبتنی است بر روان‌رنجوری‌های تقریباً جهانی مردان که در هراس از مرگ و رابطه دوپهلویا مادرانی که آن‌ها را پرورش می‌دهند، ریشه دارد. زنان با این که این روان‌رنجوری‌ها را ندارند و یا دچار روان‌رنجوری‌های مکمل‌اند، اما در هر دو صورت، از جهت روانی بدون یک منبع انرژی معادل برای مقاومت در برابر تسلط باقی‌مانده‌اند. وانگهی نظریه فمینیستی روانکاوانه پیشنهاد می‌کند که باید در عرف‌های پرورش کودکان، تجدید نظر اساسی کرد و در مورد جهت‌گیری در برابر مرگ به نوعی بازاندیشی اساسی روانی - فرهنگی مبادرت ورزید.

فمینیسم رادیکال

اساسی‌ترین موضع فمینیسم رادیکال، قائل شدن ارزش بسیار مثبت برای زنان و ابراز گلایه و خشم عمیق بابت ستمگری در مورد آنان است. این دسته از فمینیست‌ها، فهرستی مفصل و تکان‌دهنده از بدرفتاری‌هایی که در سراسر جهان با زنها می‌شود ارائه کرده‌اند.

در چهارچوب نظام پدرسالاری، مردان و زنان انقیاد را می‌بینند و یاد می‌گیرند. همین پدرسالاری است که گناه و سرکوب، خودآزاری و دیگرآزاری، فریب و نیرنگ‌بازی را می‌آفریند و همین پدیده‌ها نیز به نوبه خود مردان و زنان را به انواع دیگر بیدادگری سوق می‌دهند. خشونت علیه زنان ممکن است به صورت‌های پنهان‌تر و پیچیده‌تر استثمار و اعمال نظارت بر زنان تحقق یابد، به طور مثال به صورت، معیارهای مد و زیبایی، آرمان‌های بیدادگرانه مادر بودن، تک همسری، پاک‌دامنی، صورت مرسوم التذاذ جنسی، آزار جنسی در محیط کار، عرف‌های برخورد با بیماری‌های زنان، مامایی، روان‌درمانی و عدم پرداخت حقوق به خدمات خانه‌داری و نیز کار زنان با دستمزد کم‌تر از مردان.

به‌عنوان مثال به چند نمونه از خشونت‌های آشکار جسمانی اشاره می‌کنیم: تجاوز به عنف، بدرفتاری جنسی، بردگی جنسی از طریق فحش‌های تحمیلی، بدرفتاری با همسر، زنا، تعرض‌های جنسی به کودکان، انواع جراحی‌های دردناک وحشیانه و بی‌مورد و تشریفاتی در مورد رحم زنان و سادیسم پنهانی در پوزنوگرافی، سنگسار کردن زنان زناکار، رسم دخترچه‌کشی، رسم چینی بستن پای دختران، خودکشی

اجباری زنان بیوه هند و عمل وحشیانه ختنه زنان. تصویرزن از دیدگاه فمینیست‌های رادیکال، تصویرزنی است که بر اثر پدرسالاری سلاخی و غرقه به خون شده است. به محض آنکه پدرسالاری پا می‌گیرد، منابع دیگر قدرت را نیز می‌توان برای نگهداشت آن به کار انداخت. اما خشونت جسمانی آخرین حربه دفاع از پدرسالاری به شمار می‌آید.

مردان تنها به خاطر داشتن منابع تسلط بر زنان، پدرسالاری را ایجاد و حفظ نمی‌کنند، بلکه به نفعشان است که زنان را از این طریق وادار سازند تا به‌عنوان ابزارهای مطیع به آن‌ها خدمت کنند. زنان تنها وسیله مؤثر برآوردن میل جنسی مردان به شمار می‌آیند. بدن‌های آن‌ها برای تولید فرزندان ضرورت اساسی دارند و زنان از طریق فرزندزایی برای مردان، هم نیاز عملی آن‌ها را برآورده می‌سازند و نیز چنانکه روانکاوان نشان داده‌اند، نیازهای روانی مردان را ارضاء می‌کنند. چنانکه مارکسیست‌ها یادآور شده‌اند، زنان نیروی کار مفیدی نیز به شمار می‌آیند، از وجود زنان می‌توان به‌عنوان نشانه‌های تزئینی منزلت و قدرت مردانه استفاده کرد. همین کارکردهای سودمند زنان باعث شده‌اند که مردان در همه جا به دنبال مطیع ساختن زنان باشند.



خشونت علیه زنان ممکن است به صورت‌های پنهان‌تر و پیچیده‌تر استثمار و اعمال نظارت

فمینیسم سوسیالیستی

فمینیست‌های سوسیالیست این هدف رسمی را برای خود تعیین کرده‌اند که نظریه‌های فمینیستی موجود را در هم ادغام کنند و گامی جلوتر از دیگر نظریه‌ها بردارند.

فمینیست‌های سوسیالیستی، بیش از تمام نظریه‌ها درصد آن‌اند تا اندیشه فمینیستی مارکسیستی و تفکر فمینیستی رادیکال را در یکدیگر ادغام کنند که از این برنامه ترکیبی، دو گونه فمینیسم سوسیالیستی متمایز پدیدار شدند.

نخستین گونه، تنها بر ستمگری در مورد زنان و بر شیوه‌ای تأکید می‌ورزد که از طریق آن بتوان دانش مارکسیستی ستم طبقاتی را با تحلیل رادیکال فمینیستی ستمگری جنسی ادغام کرد. این دسته از نظریه‌پردازان از طریق این تقاطع نظری، می‌کوشند تا ویژگی‌های اشتراک و افتراق تجربه زنان از تابعیت را ترسیم کنند. اصطلاحی که این نظریه‌پردازان در توصیف نظام مورد نظرشان غالباً به کار می‌برند، پدرسالاری سرمایه‌دارانه است.

نوع دوم فمینیسم سوسیالیستی بر آن هستند تا همه صورت‌های ستمگری اجتماعی را توصیف و تبیین کنند. این دسته از نظریه‌پردازان سوسیالیست از دانش مربوط به سلسله‌مراتب طبقاتی و جنسی به‌عنوان مبنایی برای تحقیق درباره نظام‌های ستمگری طبقه و جنسیت و نیز نژاد، قومیت، سن، ترجیح جنسی و جایگاه یک ملت در سلسله‌مراتب جهانی ملت‌ها، استفاده می‌کنند. اصطلاحی که این نظریه‌پردازان برای نظام مورد توصیفشان غالباً به کار می‌برند، تسلط است.

نظریه‌پردازان تسلط حتی بهتر از نظریه‌پردازان پدرسالاری سرمایه‌دارانه، می‌توانند انواع صورت‌های ستمگری را ترسیم کنند. سرانجام این‌که، نظریه‌پردازان سوسیالیست همه نوع تجربه‌های ستمگری را، چه از سوی مردان و چه از سوی زنان، مورد بررسی قرار می‌دهند. آن‌ها حتی این قضیه را نیز در نظر می‌گیرند که چگونه برخی از زنان با وجود تحت ستم بودن می‌توانند در ستم به زنان دیگر مشارکت فعالانه‌ای داشته باشند؛ در واقع، یکی از برنامه‌های فمینیست‌های سوسیالیست، رویارویی با پیش‌داوری‌ها و عرف‌های ستمگرانه‌ای است که درون اجتماع خود زنان رواج دارند؛ هم فمینیست‌هایی که بر پدرسالاری سرمایه‌دارانه تأکید می‌کنند و هم آن‌هایی که بر تسلط تأکید دارند.

فمینیست‌های سوسیالیست از پویایی‌های اقتصادی پا فراتر می‌گذارند و از شرایط گسترده‌تری سخن می‌گویند که زندگی بشری را ایجاد و حفظ می‌کنند: جنسیت و نقش آن در تولیدمثل و پرورش فرزندان، خانه‌داری بدون اجرو مزد، وظایف خانگی نامرئی و تغذیه عاطفی در همه این فعالیت‌های حفظ زندگی، تنظیم‌های استثماری باعث می‌شوند که برخی سود بگیرند و برخی دیگر زیان کنند. شناخت فراگیر و همه‌جانبه تمامی این تنظیم‌های بنیادی تولید زندگی و استثمار، بنیاد اساسی نظریه تسلط به شمار می‌آید.

در آن واحد، هم داورند و هم مدعی. مردها ارزش‌ها، اخلاق و مذهب‌ها را آفریده و زنان هرگز بر سر این امپراتوری با مردان به ستیز نپرداخته‌اند بلکه تنها چند تن از زنان آن‌هم جدا از هم در قبال سختی سرنوشتشان دست به اعتراض زده‌اند، گاهی نیز تظاهرات گروهی صورت گرفته است. اما این مردان هستند که همواره سرنوشت زنان را در اختیار دارند، کسانی که هرگز به نفع زنان تصمیم نمی‌گیرند. تاریخ نشان داده که مردان تنها به نقشه‌های خود، ترس‌های خود و نیازهای خود نظر داشته‌اند. با تمام این وجود و تبعیض‌هایی که علیه زنان صورت گرفته، حتی فمینیسم نیز هرگز جنبشی مستقل نبوده و تا حدودی ابزار دست سیاست‌پیشگان بوده است و مقداری هم پدیده‌ای ثانوی و فرعی که ماجرای غم‌بار اجتماعی عمیق‌تری را منعکس می‌کرده است. حقیقت این است که زنان در صدد مطالبه آزادی و این‌که به‌مثابه جنس، سهمی در تاریخ داشته‌اند، بر نیامده‌اند. اکثر زنان به سرنوشت خود رضایت داده‌اند و به هیچ اقدامی مبادرت نورزیده‌اند؛ زنانی هم که برای تغییر سرنوشت خود تلاش کرده‌اند دارای این توقع نبوده‌اند که در بند ویژگی خود بمانند و آن را پیروز کنند، بلکه خواستار تسلط یافتن بر آن بوده‌اند و وقتی هم در جریان امور جهان به دخالت پرداخته‌اند با توافق مردان و در چشم‌اندازهای مردانه دست‌به‌کار زده‌اند.

حتی فارغ از رویکردی فمینیستی، برای زدودن تبعیض‌ها باید چاره‌ای اندیشید، و این امر زمانی محقق می‌شود که تمامی زنان و مردان خواستار رسیدن به برابری باشند نه این‌که تبعیض‌های موجود را بپذیرند و علیه یکدیگر برخیزند، قطعاً زمانی که هر دو جنس از آزادی برخوردار باشند، و نیز در همه‌ی حیطه‌های اجتماعی، اقتصادی، فرهنگی، سیاسی از برابری برخوردار باشند، برای هر دو جنس دنیایی بهتر خواهد بود. اگر چشم‌انداز بدین‌گونه باشد که زن و مرد، هیچ‌یک بر دیگری سلطه نیابد، و این نکته نیز پذیرفته شود که زن و مرد، هر دو به‌صورت آزاد آفریده شده‌اند و حق زندگی کاملاً آزادانه‌ای دارند، حقیقتاً مشکلاتی برطرف خواهد شد.



نظریه‌پردازان سوسیالیست همه نوع تجربه‌های ستمگری را، چه از سوی مردان و چه از سوی

جمع‌بندی

سرتاسر تاریخ زن را مردان ساخته‌اند؛ همچنین هرآنچه مردان درباره زنان نوشته‌اند، باید نامطمئن باشد، چرا که مردان

ریتزر، ج. (۱۳۹۱). نظریه‌های جامعه‌شناسی معاصر. ترجمه: محسن ثلاثی. تهران: علمی



دستکاری ذهن

اثر تبعیض بر عملکرد شناختی



از زمانی که روان‌شناسان برای اولین بار سعی کردند تبیینی شناختی برای دلیل تبعیض ارائه کنند، سال‌ها می‌گذرد؛ از آن زمان چندین نظریه در این باره پیش آورده شده که توضیحات مفیدی را ارائه می‌دهد، اما این مبحث که مواجهه با تبعیض چگونه بر عملکرد شناختی تأثیر می‌گذارد موضوعی بود که تا چندی پیش به آن توجه زیادی نمی‌شد.

بر اساس تعریف انجمن روان‌شناسی آمریکا، تبعیض رفتار ناعادلانه یا تعصب‌آمیز با افراد و گروه‌ها بر اساس ویژگی‌هایی مانند نژاد، جنسیت، سن و... آن‌ها است. باین حال، از آنجایی که بخش اعظم تحقیقات انجام شده در حوزه تأثیر تبعیض بر عملکرد شناختی بر نژادپرستی متمرکز است، ما نیز در این گفتار بیشتر به این موضوع می‌پردازیم.

بدیهی است که مواجهه با تبعیض استرس‌زا بوده و می‌توان تجربه تبعیض را، یک عامل استرس‌زا تلقی کرد؛ لازاروس و فولکمن (۱۹۸۴) عامل استرس‌زا را به عنوان رویدادی تعریف می‌کنند که در آن رابطه بین فرد و محیط توسط فرد بیش از حد توان او «مطالبه‌گر» ارزیابی می‌شود و رفاه او را به خطر می‌اندازد. برخی منابع استرس مربوط به تبعیض را به سه دسته فرهنگی، سازمانی و فردی می‌کنند. در یک مطالعه بر جامعه سیاه‌پوستان آمریکایی مشخص شد آنان در مواجهه با استرس مرتبط با نژادپرستی سازمانی با استفاده بیشتر از مقابله شناختی - هیجانی و با استفاده کمتر از حل مسئله مذهبی خودگردان با آن مقابله می‌کنند. تحلیل داده‌ها همچنین نشان داد که سطوح بالاتر استرس مرتبط با نژادپرستی فرهنگی، پیش‌بینی‌کننده استفاده کمتر

نسترن نیرومند

دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه اصفهان
nastaranniroumandd@gmail.com



از حل مسئله مذهبی خودگردان بود. حل مسئله مذهبی خودگردان زمانی اتفاق می افتد که فرد برای رویارویی با یک مشکل یا موقعیت به جای تکیه بر نیروی برتر (مانند خدا) برای مداخله، به خود متکی باشد. نکته جالب این است که طبق این پژوهش، استرس مرتبط با نژادپرستی نهادی بیشتر بر کارکرد شناختی آزمودنی‌ها تأثیر می‌گذارد؛ یک توضیح برای این یافته‌ها ممکن است این باشد که افراد آفریقایی آمریکایی که احساس می‌کنند سیاست‌ها و شیوه‌های سازمانی مبتنی بر نژاد محدودیت یا محرومیت‌هایی در دسترسی و امتیازات برای آنان ایجاد کرده و احساس می‌کنند توانایی کمتری برای کنترل چنین عوامل استرس‌زایی دارند (لیریس لوئیس-کولز و کانستنتین، ۲۰۰۶).

نقش استرس می‌تواند خیلی مخرب‌تر هم باشد. آمار نشان می‌دهد میزان زوال عقل و آلزایمر در آمریکا، در میان سیاه‌پوستان بیشتر از سفیدپوستان است (بارنز، لئون و همکاران، ۲۰۱۸). گروهی از روان‌شناسان بیان می‌کنند این مسئله ممکن است ناشی از استرس مکرر مواجهه با تبعیض باشد؛ هیپوکامپ، ناحیه‌ای از مغز که برای حافظه اپیزودیک حیاتی است، یکی از اولین مناطق مغزی است که تحلیل عصبی را در شایع‌ترین شکل بیماری آلزایمر، تظاهرات فراموشی آن، نشان می‌دهد. هیپوکامپ همچنین دارای تعداد بالایی از گیرنده‌های گلوکوکورتیکوئیدی است که محل اتصال اولیه برای هورمون استرس (کورتیزول) است. استرس مزمن با کاهش حجم هیپوکامپ و اختلال در حافظه وابسته به هیپوکامپ در افراد مسن مرتبط است و می‌توان حدس زد که استرس شدید و مداوم به علت تبعیض و نژادپرستی می‌تواند در تحلیل هیپوکامپ دخیل باشد (کوگان، شون و همکاران، ۲۰۲۰).

تحقیقات مختلفی نشان می‌دهند که مواجهه با تبعیض بر حافظه افراد اثرگذار است. در یک مطالعه مشخص شد مواجهه روزانه با نژادپرستی با نمرات کمتری در حافظه اپیزودیک بعد از مواجهه و حتی ۶ سال بعد از آن همراه است (زهودن، کرال و همکاران، ۲۰۱۹). همچنین تبعیض نژادی ادراک شده با افسردگی و اضطراب و کیفیت پایین خواب مرتبط است. همچنین رابطه قرارگرفتن در برابر استرس مزمن و افسردگی به خوبی ثابت شده است. در یک مطالعه، ۴ هفته استرس خفیف غیرقابل‌پیش‌بینی مزمن بر یک مدل حیوانی برای بازسازی استرس‌های اجتماعی روزانه در انسان، کاهش حجم هیپوکامپ را پس از هفته‌ها قرارگرفتن در معرض استرس نشان داد (بک-هاوس، جانگ‌هنس و همکاران، ۲۰۰۶). افسردگی و بی‌خوابی هر دو با اختلال حافظه

مرتبط هستند. خواب موج‌کوتاه برای تثبیت حافظه حیاتی است و این شواهد نشان می‌دهد که بی‌خوابی، افسردگی و استرس مزمن ناشی از تبعیض نژادی ممکن است بر عملکرد شناختی، به خصوص حافظه تأثیر بگذارد (کوگان، شون و همکاران، ۲۰۲۰). یک تبیین دیگر برای علت تأثیر منفی تبعیض بر حافظه این است که ممکن است با افزایش تعداد عوامل استرس‌زا در محیط، ظرفیت شناختی فرد بیش از حد پر شود، یعنی وضعیت بار شناختی بالایی داشته باشد و در نتیجه فرد نتواند به درستی به کارکردهای شناختی خود را اجرا کند (ون‌رین، برجس و همکاران، ۲۰۱۱). یک انتقاد وارده به این نظر این است که استفاده مکرر از ظرفیت شناختی شاید در کوتاه‌مدت هزینه‌بر باشد، اما در بلندمدت باید ظرفیت شناختی را گسترش، و نه کاهش دهد (ماگ، ۲۰۱۲).

در مطالعه‌ای دیگر، از زنان لاتین تبار خواسته شد در شرایط مختلف، یک تست را انجام دهند. به یکی از گروه‌ها گفته شد که این کار به شدت هوش را پیش‌بینی می‌کند و محققان به نحوه عملکرد افراد از گروه‌های قومی مختلف علاقه‌مند بودند (این سخن این موضوع را برجسته می‌کند که محققان در واقع انتظارات کمتری از زنان لاتین تبار دارند). همچنین از شرکت‌کنندگان خواسته شد که قومیت خود را در مواد آزمایشی قبل از شروع تست نشان دهند که باز هم نشان می‌دهد که قومیت آنها با عملکرد مرتبط است. به عبارت دیگر، این شرایط برای برجسته ساختن کلیشه‌های نژادی در مورد هوش طراحی شده بود و به شرکت‌کنندگان لاتین تلقین می‌کرد که انتظار می‌رود عملکرد بدتری نسبت به سفیدپوستان داشته باشند. در شرایط کنترل، فقط به شرکت‌کنندگان گفته شد که این تست حافظه کاری را اندازه‌گیری می‌کند. نتایج نشان داد که زنان لاتین تبار که تبعیض نژادی را تجربه کردند در مقایسه

YELLOW RED PURPLE
BLACK ORANGE
PURPLE RED BLUE
BLUE GREEN YELLOW
YELLOW BLACK
BLUE PURPLE BLACK
GREEN RED ORANGE
BLACK GREEN PURPLE
RED BLUE RED
YELLOW PURPLE BLACK

با کسانی که تبعیض را تجربه نکردند به طور قابل توجهی در طول عملیات، عملکرد حافظه کاری بدتری از خود نشان دادند (اشمادرو جانز، ۲۰۰۳).

در آزمایش‌ها و تحقیقات دیگر، پژوهشگران به طور خاص کارکردهای اجرایی را مورد توجه قرار داده‌اند. کارکردهای اجرایی مجموعه‌ای از فرایندهای شناختی هستند که برای انتخاب و نظارت بر رفتارهایی که دستیابی به هدف را تسهیل می‌کنند، ضروری هستند. این فرایندها برای وظایف شناختی پرزحمت مانند تمرکز، مقاومت در برابر وسوسه، برنامه‌ریزی، تصمیم‌گیری و حل مسئله مورد نیاز است (دایموند، ۲۰۱۳).

یکی از آزمون‌هایی که بازداری را به خوبی می‌سنجد، تست استروپ است. در یک مطالعه برای ارزیابی عملکرد شناختی شرکت‌کنندگان سیاه‌پوست و آسیایی، از آن‌ها پس از تعامل با شریک سفید پوستی که دارای یکی از ایدئولوژی‌های تنوع‌گورنگی (به عنوان مثال، "ما همه یکسان هستیم") یا چندفرهنگی (به عنوان مثال "ما با هم متفاوتیم و تفاوت - هایمان زیبا و با ارزش‌اند") بود، تست استروپ گرفته شد.

هدف از ایدئولوژی‌گورنگی، پرایم کردن تفکر تعصب‌نژادی نامحسوس و هدف از ایدئولوژی چندفرهنگی، پرایم کردن تفکر نبودن تعصب بود. همچنین گفت‌وگوی آن‌ها با شریکشان به صورت ویدئویی ضبط شد. نتایج نشان داد که شرکای تعامل سفیدپوست با ایدئولوژی‌گورنگی در مقایسه با آن‌هایی که ایدئولوژی چندفرهنگی داشتند، رفتار مغرضانه‌تری (مثلاً پرهیز از ارتباط چشمی و وضعیت بدن در هم) نسبت به شریک اقلیت خود نشان دادند. علاوه بر این، اقلیت‌هایی که با شرکای سفیدپوست مغرضانه جفت می‌شدند، در مقایسه با اقلیت‌هایی که با شرکای سفیدپوستی ایدئولوژی چندفرهنگی داشتند تعامل داشتند در آزمون استروپ بدتر عمل کردند که نشان‌دهنده بازداری مختل شده است (مورفی و همکاران، ۲۰۱۳).

یک توضیح برای این موضوع می‌تواند این باشد که در خصوص رفتارهای تبعیض نامحسوس، چون رفتار طرف مقابل نسبتاً مبهم است، تصمیم‌گیری در مورد اینکه آیا اعمال ظریف نمونه‌هایی از تبعیض هستند یا نیستند می‌تواند منابع شناختی را درگیر کند و در سایر فرایندهای شناختی مانند بازداری تداخل ایجاد کند (اوزیر، تیلور و مورفی، ۲۰۱۹).

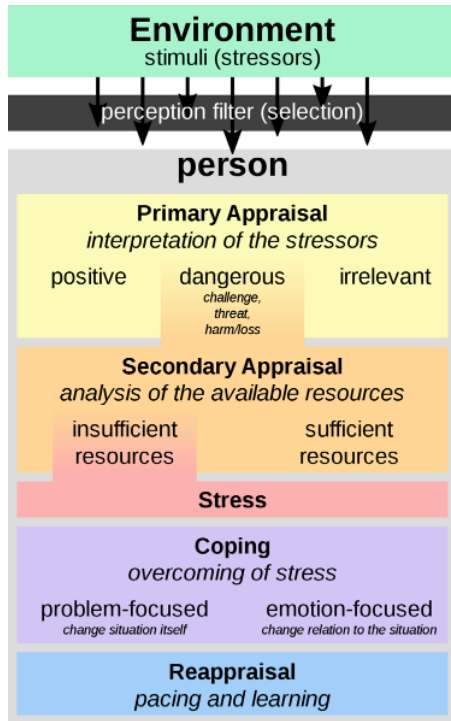
یکی دیگر از کارکردهای اجرایی، انتقال و جابه‌جایی (شیفتینگ) است و رابطه این کارکرد شناختی و تبعیض از طریق کارت‌های ویسکانسین مطالعه شده است. در یک مطالعه قبل از گرفتن تست کارت‌های ویسکانسین از گروهی آزمودنی زن، به آن‌ها گفته شد جنسیت خود را مشخص کنند و اینکه

این آزمون، مهارت ریاضیات آنان را می‌سنجد. از گروه گواه خواسته نشد جنسیت خود را مشخص کنند و به آن‌ها اعلام شد آزمون نحوه حل کردن پازل در افراد را می‌سنجد؛ این تفاوت در اعلام هدف آزمایش، می‌تواند به طور نامحسوس برای آزمودنی‌ها نشانگر وجود سوگیری جنسیتی باشد. نتایج نشان داد که زنانی که در شرایط سوگیری جنسیتی نامحسوس قرار داشتند، نسبت به زنانی که در شرایط بدون سوگیری قرار داشتند، احتمال بیشتری داشت که در تکلیف آزمون مرتب‌سازی کارت‌های ویسکانسین دچار اختلال در جابه‌جایی شوند (کار و استیل، ۲۰۰۹). علاوه بر حافظه و عملکردهای اجرایی، پژوهش‌های جدیدتر نشان می‌دهند تجربه روزانه با تبعیض بر عملکرد منفی در درک کلام، سرعت پردازش و ادراک بصری نیز مؤثر است (زاهدن، موریس و همکاران، ۲۰۲۰).

اثرات منفی نژادپرستی به اشکال گوناگونی بر عزت‌نفس در جوانان و توانایی شناختی آنان تأثیر می‌گذارد. مطالعات نشان می‌دهد ادراک نژادپرستی سازمانی برای عزت‌نفس جوانانی که مهارت‌های استدلال پیش‌رسمی داشتند، مضرتر از عزت‌نفس جوانانی بود که مهارت‌های استدلال رسمی پیچیده‌تری داشتند. اگر بخواهیم بیشتر به اعتماد به نفس و تبعیض بپردازیم، می‌توانیم به نظریه اجتماعی-شناختی بندورا (۱۹۸۶) اشاره کنیم که بیان می‌کند «آنچه افراد باور دارند قادر به دستیابی به آن هستند نه تنها از تجربیات مستقیم شخصی آنها سرچشمه می‌گیرد، بلکه از طریق مشاهده آزمایش‌ها، مصیبت‌ها و اقبال‌الگوهای خود نیز نشأت می‌گیرد». اعتماد به نفس بالا، خودکارآمدی افراد را افزایش می‌دهد؛ همچنین به طور گسترده تأیید شده است

هنگامی که خودکارآمدی در یک حوزه معین پایین است، مردم تمایل دارند تلاش‌های خود را کاهش دهند. تحقیقات نشان می‌دهد نژادپرستی و تبعیض از این طریق می‌تواند کیفیت عملکرد کارکنان سازمان‌ها را کاهش داده و آن‌ها را به افرادی بی‌انگیزه تبدیل کند (هلسین، بل و فلچر، ۲۰۱۲).

در رابطه با اینکه کدام نوع تبعیض برای عملکرد شناختی افراد مخرب‌تر است تحقیقات زیادی انجام نشده است، اما یک پژوهش نشان داد افرادی که تبعیض جنسیتی را گزارش کردند در تکلیف حافظه هم در ابتدا و هم در پیگیری (فالوآپ) عملکرد بهتری نسبت به افرادی که تبعیض بر اساس ناتوانی جسمی را تجربه کرده بودند داشتند. همچنین تبعیض نژادی با عملکرد کمتر در تکلیف حافظه در ابتدا و تبعیض بر اساس گرایش جنسی با عملکرد پایین‌تر در پیگیری همراه بود (سوتین، استپین و همکاران، ۲۰۱۴).



و اما چاره چیست؟

روان‌شناسان فرایند «ارزیابی شناختی» را بسیار پراهمیت می‌دانند. ارزیابی شناختی به‌عنوان فرایند ارزیابی که تعیین می‌کند چرا و تا چه اندازه یک معامله یا یک سری معاملات خاص بین شخص و محیط استرس‌زا است تعریف می‌شود (لازاروس و فولک‌من، ۱۹۸۶). وقتی فردی با رویدادی مواجه می‌شود، ارزیابی می‌کند که آیا آن رویداد به سلامتی او مربوط است یا خیر، و اگر چنین است، به چه روش‌هایی رویدادهایی که توسط فرد بسیار مهم ارزیابی می‌شوند، احتمالاً منجر به واکنش‌های استرسی می‌شوند. اگر افراد متعلق به گروه‌های اقلیت در موقعیت‌هایی قرار بگیرند که ارزیابی کنند سلامت آن‌ها در خطر است، احتمالاً عملکرد شناختی آن‌ان نیز مختل می‌شود (کینگ، ۲۰۰۵). این که بتوانیم اعمال تبعیض‌آمیز را به‌طور کلی متوقف کنیم هدفی والا اما آرمانی است؛ اما تا آن زمان می‌توانیم به افراد بیاموزیم در صورتی که خطر واقعی برای آن‌ها وجود ندارد، روی موضع خود ایستاده، عزت‌نفس خود را حفظ کرده و تحت تأثیر تلاش دیگران برای ترساندن قرار نگیرند.

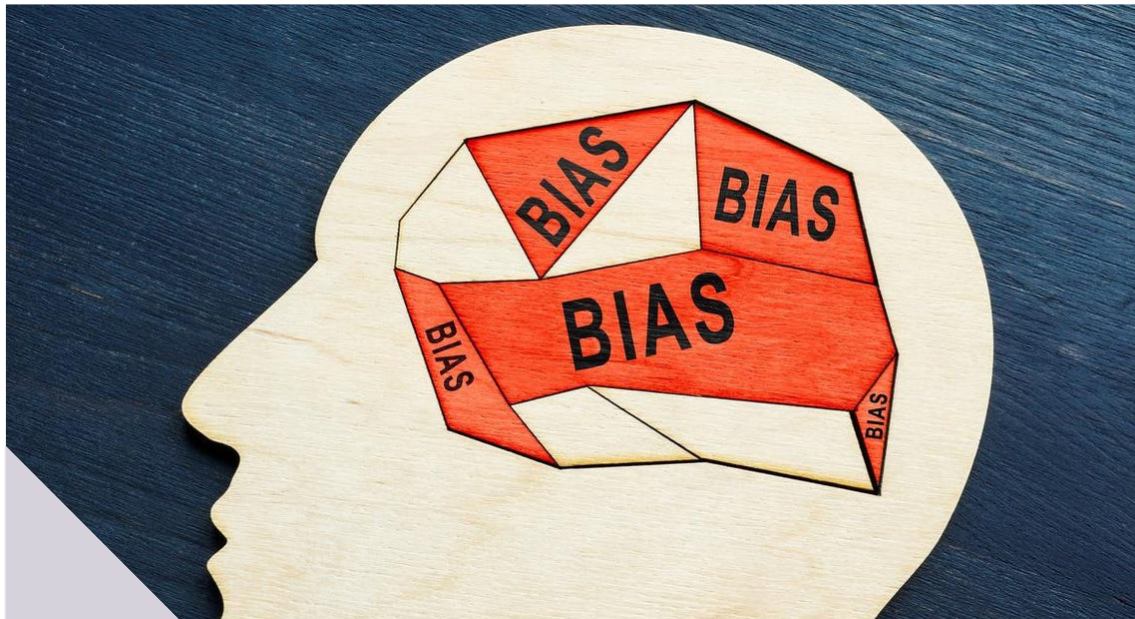
منابع:

- Sutin, A. R., Stephan, Y., Carretta, H., & Terracciano, A. (2015). Perceived discrimination and physical, cognitive, and emotional health in older adulthood. *The American journal of geriatric psychiatry: official journal of the American Association for Geriatric Psychiatry*, 23(2), 171-179.
- King K. R. (2005). Why is discrimination stressful? The mediating role of cognitive appraisal. *Cultural diversity & ethnic minority psychology*, 11(3), 202-212.
- Wheeler, E., Brooks, L.J., & Brown, J. (2011). "Gettin' on My Last Nerve": Mental Health, Physiological and Cognitive Implications of Racism for People of African Descent. *The Journal of Pan-African Studies*, 4, 81.
- Coogan, P., Schon, K., Li, S., Cozier, Y., Bethea, T., & Rosenberg, L. (2020). Experiences of racism and subjective cognitive function in African American women. *Alzheimer's & dementia (Amsterdam, Netherlands)*, 12(1), e12067.
- Lewis-Coles, M. E., & Constantine, M. G. (2006). Racism-related stress, Africultural coping, and religious problem-solving among African Americans. *Cultural diversity & ethnic minority psychology*, 12(3), 433-443.
- van Ryn, M., Burgess, D. J., Dovidio, J. F., Phelan, S. M., Saha, S., Malat, J., Griffin, J. M., Fu, S. S., & Perry, S. (2011). THE IMPACT OF RACISM ON CLINICIAN COGNITION, BEHAVIOR, AND CLINICAL DECISION MAKING. *Du Bois review: social science research on race*, 8(1), 199-218.
- Zahodne, L. B., Morris, E. P., Sharifian, N., Zaheed, A. B., Kraal, A. Z., & Sol, K. (2020). Everyday discrimination and subsequent cognitive abilities across five domains. *Neuropsychology*, 10.1037/neu0000693. Advance online publication.
- Mugg, J. (2013). What are the cognitive costs of racism? A reply to Gendler. *Philos Stud* 166, 217-229
- Helsin, P. A., Bell, M. P., & Fletcher, P. O. (2012). The devil without and within: A conceptual model of social cognitive processes whereby discrimination leads stigmatized minorities to become discouraged workers. *Journal of Organizational Behavior*, 33(6), 840-862.
- Ozier, E.M., Taylor, V.J., & Murphy, M.C. (2019). The Cognitive Effects of Experiencing and Observing Subtle Racial Discrimination. *Journal of Social Issues*.



مغز تبعیض آمیز

سوگیری‌های فعال در فرایند تبعیض



تبعیض، رفتار ناعادلانه و پیش‌داورانه با افراد و گروه‌ها بر اساس ویژگی‌هایی مانند نژاد، جنسیت، سن و... است. مغز آدمی به طور طبیعی با دسته‌بندی کردن، به دنیای اطرافش معنا می‌بخشد؛ برای مثال بچه‌های کوچک، خیلی سریع تفاوت بین دختر و پسر را درک می‌کنند. ولی در مواقع دیگر ارزش‌هایی که برای دسته‌بندی‌ها قائل می‌شویم، از والدین، همسالان و مشاهدات از نحوه عملکرد جهان، «یاد گرفته می‌شوند». با توجه به این، اغلب تبعیض ناشی از ترس یا سوء برداشت است (انجمن روان‌شناسی آمریکا، ۲۰۱۹).

همه ما سوگیری‌هایی داریم و چه از آنها آگاه باشیم یا نباشیم، نظراتی موافق یا مخالف افراد یا گروهی از افراد را در مقایسه با دیگران، داریم. این نظرات از پیش تعیین شده، همیشه مبتنی بر عقل یا تجربه واقعی نیستند. سوگیری شناختی، به الگوی سیستماتیک انحراف از هنجار یا عقلانیت در قضاوت اشاره دارد که به واسطه آن برداشت در مورد افراد یا موقعیت‌های دیگر به شکل غیرمنطقی ترسیم شود (باینی، ۲۰۱۷). به زبان دیگر سوگیری شناختی به انحراف سیستماتیک (غیر تصادفی و در نتیجه قابل پیش‌بینی) از منطقی در قضاوت و تصمیم‌گیری اشاره دارد (بلانکو، ۲۰۱۷). سوگیری‌های شناختی به‌عنوان یک ویژگی کلی شناخت تعریف شده‌اند. به این ترتیب، فراگیر هستند و می‌توانند در حوزه‌ها و وظایف مختلف مشاهده شوند؛ در مورد تأثیر این سوگیری‌ها بر جنبه‌های کلیدی زندگی تحقیقاتی زیادی انجام شده است. برای مثال سوگیری‌های شناختی

◀ سارا فتاحی

دانشجوی روانشناسی دانشگاه اصفهان
sfatahisara@gmail.com



◀ امیرحسین قنبری

دانشجوی روانشناسی دانشگاه اصفهان
ghanbariamirhossien@gmail.com



زمینه‌ساز مشکلات اجتماعی همچون پیش‌داوری و نفرت نژادی (همیلتون و گیفورد، ۱۹۷۶) باورهای ماوراءالطبیعه (بلانکو، ۲۰۱۶) و به‌طور عمومی تر شیوع تصمیمات ضعیف در بسیاری از زمینه‌ها (آرایلی، ۲۰۰۸)، می‌شود؛ (به نقل از بلانکو، ۲۰۱۷).

سوگیری‌های ناآشکار یا ناهشیار، یا همان سوگیری شناختی، به سوگیری‌هایی در قضاوت یا رفتار ناشی از فرایندهای شناختی مبهمی که از آنها آگاه نیستیم اشاره دارد که خارج از فرایند تفکر و کنترل معمول رخ می‌دهند. این سوگیری به‌صورت اتوماتیک رخ می‌دهد و ماشه چکان آن مغز ماست که در حال قضاوت سریع و ارزیابی افراد و شرایط است که تحت تأثیر پیش‌زمینه شخصی، تجربیات، خاطرات و فرهنگ محیط قرار می‌گیرند. مغز از اینپوت‌ها الگوهای را استخراج کرده و مدل‌های پیش‌گویانه‌ای می‌سازد که سوگیری‌هایی بر اساس سوگیری‌ها هستند (باینی، ۲۰۱۷). سوگیری ناهشیار می‌تواند ناشی از میان‌برهای ذهنی یا هیوریستیک‌ها باشد که به تصمیم‌گیری سریع کمک می‌کنند تا مغز ما در برابر انبوه اطلاعات غرق نشود. با این حال علاوه بر مفید بودن این فرایند، هیوریستیک‌ها می‌توانند منجر به تصمیم یا قضاوت ساده‌انگارانه، نادرست و همراه با سوگیری شوند (وایسل، ۲۰۱۸). در زمینه تنوع قومیتی، نه تنها سوگیری‌های ناآشکار پیش‌بینی‌کننده رفتار تبعیض‌آمیز هستند، بلکه میزان سوگیری ناآشکار به میزان قابل توجهی در پیش‌بینی شاخص رفتارهای تبعیض‌آمیز نسبت به سوگیری آشکار، اثربخش‌تر عمل کرده است (گرین‌والد و کریگر، ۲۰۰۶؛ به نقل از وایسل، ۲۰۱۸).

سوگیری‌های ناهشیار از دو عنصر تشکیل شده است: نگرش ناآشکار و کلیشه‌های ناآشکار. نگرش‌های ناآشکار این‌گونه تعریف می‌شوند؛ زمینه‌های درونی از تجارت گذشته ما که روی احساسات، افکار یا تفکرات ما تأثیرات مثبت یا منفی می‌گذارد (گرین‌والد و باناجی، ۱۹۹۵؛ به نقل از وایسل، ۲۰۱۸). یکی از مثال‌های این نوع نگرش در بعضی از رأی‌دهندگان دیده می‌شود. در این حالت فرد رأی‌دهنده نه بر اساس عوامل سرنوشت‌سازی مانند سیاست‌های حزب و یا سیاست‌های کاندیدا، بلکه بر اساس عوامل غیرمرتبطی مانند شباهت‌های ظاهری (از قبیل رنگ پوست، قومیت، ملیت و غیره) اقدام به رأی دادن می‌کند (وایسل، ۲۰۱۸). بر اساس گفته‌های گرین‌والد و باناجی (۱۹۹۵)، جالب‌ترین نکته در مورد این نگرش زمانی رخ می‌دهد که تفاوت واضحی میان نگرش خودآگاه و ناخودآگاه وجود داشته باشد. در این حالت ممکن است فرد با هر دو این نگرش‌ها روبرو شود و در خود احساس تناقض کند؛ (به نقل از وایسل، ۲۰۱۸).

از سوی دیگر تعریف کلیشه‌های ناآشکار به شرح زیر است: زمینه‌های درونی از گذشته که بردیدگاه ما بر روی اعضای یک جامعه خاص تأثیر می‌گذارد. به‌طور کلی برآورد می‌شود که سوگیری‌های ناآشکار در هر نوع فرایندی که مشخصه‌های تصمیم‌گیری و یا قضاوت‌های انسانی در آن دخیل باشد، احتمال بالایی برای وقوع تبعیض به وجود می‌آورند. تبعیض ناشی از سوگیری‌های ناآشکار در مقوله‌هایی مانند استخدام، ارتقای شغلی و پاداش‌های شغلی دیده شده است (وایسل، ۲۰۱۸).

به‌عنوان مثال در یک مصاحبه کاری با مصاحبه‌کننده مرد که رقابت بین دو کاندیدا مرد و زن وجود دارد، به‌واسطه سوگیری‌های ناآشکاری که در این مثال می‌توانند شامل کلیشه‌های جنسیتی، ملی یا مذهبی باشند، فرد مصاحبه‌گر بدون داشتن نگرش‌های آشکار علیه زنان، در هنگام مصاحبه با کاندیدای زن، رسمی‌تر از حالت معمول صحبت می‌کند و در حالی که خود از این قضیه آگاه نیست به کاندیدای زن این احساس را منتقل می‌کند که شانس برای قبولی در این مصاحبه ندارد (ورد، زانا و کوپر، ۱۹۷۴؛ به نقل از فیسک، ۲۰۲۲). چنین اتفاقاتی می‌تواند در درازمدت موجب تبعیض‌های متوالی شوند و فرصت‌های بسیاری کمتری در اختیار گروه‌های به حاشیه رانده شده قرار دهند (رادمن و اشمور، ۲۰۰۹؛ به نقل از همان منبع، ۲۰۲۲).

علاوه بر تبعیض در محیط کار، در پژوهشی با عنوان «تبعیض شناختی: یک مطالعه با معیار تجربی» که در دانشگاه ادینبورگ اسکاتلند توسط میشل بلوت (۲۰۱۵) صورت گرفت، تأثیر سوگیری‌های شناختی در تبعیض میان نژادی دیده شد. این پژوهش با کمک پدیده‌ای به نام سوگیری حافظه‌ای انجام شد؛ شرکت‌کنندگان این آزمایش بر اساس نژاد در گروه‌های یکسان قرار گرفتند. به این افراد عکس‌هایی از اشخاص با نژادهای مختلف و (برای حذف هرگونه عامل تبعیض نژادی) با توزیع درآمدی یکسان بین نژادها نشان داده و از آنها خواسته شد تا اشخاص در یافت‌کننده بالاترین درآمد (در هر دسته‌بندی نژادی) را به‌خاطر بسپارند. پس از جمع‌آوری نتایج مشاهده شد که شرکت‌کنندگان، افراد با درآمد بالا که نژادی مشابه با خودشان داشتند به‌طور قابل توجهی بیشتر از افراد با درآمد بالا که نژادی متفاوت با خودشان داشتند، به یاد می‌آوردند و در تشخیص میزان درآمد افرادی که نژادی متفاوت با خودشان داشتند سردرگم شدند و این پدیده موجب تبعیض‌های مثبت و منفی میان نژادی می‌شود. درک این نکته مهم است با وجود ارتباط میان این دو مفهوم، سوگیری ناآشکار با نژادپرستی یکی نیست. نژادپرستی شامل

پیش‌داوری یا تعصبات هشیار نسبت به اعضای یک گروه نژادی خاص است که می‌تواند تحت تأثیر سوگیری‌های آشکار و ناآشکار قرار گیرد. سایر اشکال تبعیض که می‌توانند تحت تأثیر سوگیری‌های ناهشیار باشند، عبارت‌اند از سن‌گرایی، تبعیض جنسیتی، تبعیض علیه افراد دارای معلولیت و... (وری‌ول مایند، ۲۰۲۰). نمونه دیگری از تبعیض‌های ناشی از سوگیری‌های ناآشکار را می‌توان در جامعه پزشکی به صورت تبعیض علیه بیماران و همچنین تبعیض بیمار علیه پزشک مشاهده کرد. برای مثال ممکن است پزشکان به طور ناخودآگاه بر اساس بعضی معیارها مانند سن، موقعیت اجتماعی، دین و غیره، برای بعضی بیماران وقت بیشتری صرف کنند یا بر اساس پیشینه بیماران دچار درمان یا تشخیص اشتباه شوند. در مقابل نیز بعضی بیماران ممکن است بر اساس همین سوگیری‌های ناآشکار به پزشک خانم مراجعه نکنند (آکستوبی، ۲۰۲۰).

دکتر گوندولین کیتا، مدیر اجرایی سابق اداره منافع عمومی APA، در پاسخ به سؤال «چگونه افراد می‌توانند برای آگاهی از سوگیری‌های خود و اجتناب از تأثیر آنها تلاش کنند؟» می‌گوید: افراد قادر به تغییر و اصلاح نگرش‌های پیش‌داورانه خود هستند حتی در مواردی که این نگرش‌ها خارج از کنترل آگاهانه است. برخی تحقیقات نشان می‌دهد که یکی از راه‌های ممکن برای کاهش تبعیض، می‌تواند افزایش انگیزه درونی افراد برای از بین بردن پیش‌داوری باشد. افزایش انگیزه همراه با آگاهی از سوگیری‌های ناآشکار می‌تواند به تلاش مستمر لازم برای کاهش رفتارهای تبعیض‌آمیز و نگرش‌های پیش‌داورانه منجر شود (انجمن روان‌شناسی آمریکا، ۲۰۱۶). یکی از مزایای آگاهی از تأثیر بالقوه سوگیری‌های اجتماعی ناآشکار این است که می‌توان نقش فعال‌تری در چیره شدن بر کلیشه‌های اجتماعی، تبعیض و پیش‌داوری داشت (وری‌ول مایند، ۲۰۲۰).

در مجموع پدیده سوگیری شناختی، از مفاهیم جدید مطرح شده در علم روان‌شناسی است و تحقیقات بسیار کمی روی آن صورت گرفته است. امید است بررسی‌های بیشتر و دقیق‌تری در رابطه با این موضوع خاص به کمک متدهای جدید علمی صورت گیرد و بدین‌گونه تبعیض کمتری را شاهد باشیم.

منابع:

- American Psychological Association. (2019, October 31). Discrimination: What it is, and how to cope. <https://www.apa.org/topics/racism-bias-discrimination/types-stress>
- American Psychological Association. (2016, March 9). Discussing discrimination. <https://www.apa.org/topics/racism-bias-discrimination/keita>
- Belot, M. (2015). Cognitive Discrimination: A Benchmark Experimental Study. *Journal of Neuroscience, Psychology, and Economics*, 8(3): 173-185.
- Blanco, F. (2017) Cognitive Bias. In: Vonk J., Shackelford T. (eds) *Encyclopedia of Animal Cognition and Behavior*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-47829-6_1244-1
- Byyny, R. (2017, January). Cognitive Bias: Recognizing and Managing Our Unconscious Bias. The Pharos. Retrieved from <https://www.med.upenn.edu/inclusion-and-diversity/assets/user-content/cognitive-bias.pdf>
- Cherry, K. (2020, September 18). Is it possible to overcome implicit bias? Verywell Mind. Retrieved June 8, 2022, from <https://www.verywellmind.com/implicit-bias-overview-4178401#toc-link-with-discrimination>
- Fiske, S. T. (2022). Prejudice, discrimination, and stereotyping. In R. Biswas-Diener & E. Diener (Eds), *Noba textbook series: Psychology*. Champaign, IL: DEF publishers. Retrieved from <http://noba.to/jfkx7nrd>
- Oxtoby, K. (2020). How unconscious bias can discriminate against patients and affect their care. *British Medical Journal*, m4152. <https://doi.org/10.1136/bmj.m4152>
- Whysall, Z. (2018). Cognitive Biases in Recruitment, Selection, and Promotion: The Risk of Subconscious Discrimination. In: Caven, V., Nachmias, S. (eds) *Hidden Inequalities in the Workplace*. Palgrave Explorations in Workplace Stigma. Palgrave Macmillan, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-59686-0_9

پس لرزه‌های تروما

ریحانه باقریان | دانشجوی روان‌شناسی دانشگاه اراک

تروما طبق ارائه توضیحات CDC (مرکز کنترل و پیشگیری از بیماری‌ها)، رویدادی است که برای فرد استرس زیادی به همراه دارد. رویدادهای تروماتیک رویدادهایی هستند که باعث احساس وحشت، درماندگی، ناتوانی و آسیب جدی می‌شوند و یا با تهدید مرگ همراه هستند.

به علاوه، خلاصه روان‌پزشکی کاپلان و سادوک توضیح می‌دهد، رویدادهای تروماتیک و استرس‌زا رویدادهایی هستند که فرد در آن تصادف وحشتناکی را تجربه می‌کند، یا در جنگ شرکت می‌کند و تجربیات حاصل از آن برای او تروماتیک می‌شوند، یا قربانی تجاوز می‌شوند، یا دزدیده شدن را تجربه می‌کنند، یا در معرض بلایای طبیعی قرار می‌گیرند، یا حتی دچار بیماری‌ای می‌شوند که احتمال مرگ وجود دارد و یا در نهایت سوءاستفاده جنسی و فیزیکی را تجربه می‌کنند.

بام، توضیح جالبی برای تعریف تروما ارائه داده است؛ بدنی که قبلاً تروما را تجربه کرده است و یا در حال تجربه تروماست یک ویژگی قابل توجه دارد و آن اینکه آن بدن، بدنی زنده و هوشیار است و تروما برای بدن مانند زخم است. برای التیام و بهبود زخم‌ها زمان لازم است و در واقع گاهی نسل‌ها طول می‌کشد که زخم‌های ناشی از تروما التیام یابند.

ترومای بین‌نسلی چیست؟

فرهنگ لغت انجمن روان‌شناسی آمریکا ترومای بین‌نسلی را این‌گونه تعریف می‌کند، زمانی که فردی در برابر رویدادی وحشتناک قرار بگیرد رفتارهای گوناگونی (هیجانی و یا رفتاری) را بروز می‌دهد این رفتارهای می‌تواند از فرد حادثه‌دیده به نسل بعد از خود انتقال پیدا کند و رفتارهای مشابهی نیز در نسل بعدی دیده می‌شود. و در تعریفی ساده‌تر، ترومای بین‌نسلی به پروسه انتقال تروما از طریق والدین به جنین و یا کودکان است و باعث می‌شود که فرزندان بدون اینکه با رویداد تروماتیک روبه‌رو شوند علائم به‌خصوصی را بروز دهند؛ بنابراین دور از ذهن نیست اگر ادعا کنیم ترومای بین‌نسلی تقریباً همه را تحت‌تأثیر قرار دهد.

رفتارهای فردی که دچار ترومای بین‌نسلی است به چه صورت است؟

افرادی که دچار ترومای بین‌نسلی می‌شوند رفتارهایی مشابه با اختلال استرس بعد از حادثه نشان می‌دهند. اما از طرفی با اختلال استرس بعد از حادثه متفاوت است زیرا این اختلال در سطح فردی است و در پاسخ به رویداد تروماتیک فردی است (فرد با حادثه روبه‌رو می‌شود؛ نسبت به آن دچار اختلال استرس بعد از حادثه می‌شود؛ مثل تجاوز). در مقابل ترومای بین‌نسلی شامل آسیب‌های تاریخی جمعی است (مثل هولوکاست).

روبه‌رو نشدن با تروما و بروز علائم آن؛ امکان‌پذیر است؟

اول از همه خوب است بدانیم تروما وقتی روی می‌دهد که فرد یک‌بار و یا بارها با شرایطی مواجه شده باشد که زیان‌آور و یا تهدیدکننده زندگی باشند و عوارض نامطلوب با دوام بر عملکرد و یا سلامت روانی او داشته باشند. به علاوه وقتی افراد با تهدید به مرگ، یا صدمه جدی واقعی و یا تهدید به آن و همان‌طور که پیش‌تر گفته شد تجاوز جنسی مواجه شوند در معرض خطر ابتلا به استرس حاد قرار می‌گیرند. برای درک بهتر رفتارهای ناشی از آسیب می‌توانیم نگاهی اجمالی به نشانه‌های استرس حاد داشته باشیم؛ این نشانه‌ها در چهار طبقه قرار می‌گیرند؛ مزاحمت یا آذوری‌های ناراحت‌کننده واقعه، نشانه‌های تجزیه‌ای مثل

احساس کرختی یا بهت و جدایی از دیگران، اجتناب از موقعیتهایی که ممکن است به عنوان یادآوری‌های واقعه عمل کنند و بیش برانگیختگی از جمله اختلالات خواب و یا تحریک‌پذیر. در نتیجه، این رفتارها از دسته رفتارهایی است که متخصصان روان انتظار دارند از فردی که با رویداد تروماتیک روبه‌رو شده است ببینند اما ترومای بین‌نسلی بیان می‌کند که فرد با رویدادی روبه‌رو نشده است که او را تهدید کند اما باین حال علائم تروما را بروز می‌دهد!

این فرایند چطور اتفاق می‌افتد؟

در واقع نتایج ناشی از رویداد تروماتیک از طریق عواملی به نسل‌های آینده انتقال پیدا می‌کند که در ادامه این عوامل مورد بررسی قرار می‌گیرد:

• **انتقال در حین بارداری:** سلامت روان کودکان و نوجوانان ارتباط تنگاتنگی با سلامت روان والدین دارد، به‌ویژه سطح سلامت روان مادر. براین اساس باید به این نکته اشاره کرد که سلامت روان مادر در دوره بارداری اهمیت ویژه‌ای دارد. در واقع تروما می‌تواند از لحاظ زیست‌شناختی و بارداری و از طریق محیط رحم منتقل شود. این نکته بر کسی پوشیده نیست که دوره بارداری در طول زندگی هر فرد مهم‌ترین مرحله است زیرا از لحاظ رشدی (به‌طور مثال رشد سیستم عصبی) مهم‌ترین مرحله است؛ بنابراین هر نوع تحریکی (رویداد تروماتیک) می‌تواند تأثیر جبران‌ناپذیری در طول زندگی داشته باشد.

• **اپی‌ژنتیک:** اپی‌ژنتیک تئوری‌ای زیست‌شناختی است برای توجیه اینکه چگونه ژن خاصی به ارث می‌رسد و یا از بین می‌رود. در واقع تأثیرات محیطی و یا حتی قرارگرفتن در معرض آلودگی‌های محیطی باعث می‌شود که اپی‌ژنوم فرد تحت تأثیر قرار بگیرد. به بیانی دیگر اپی‌ژنتیک مطالعه تغییرات سلولی است که توسط عوامل محیطی خارجی ایجاد شده و ژن‌ها را روشن یا خاموش می‌کند و بنابراین تغییراتی در فنوتیپ یا بیان ژنتیکی ایجاد می‌شود، بدون اینکه تغییرات هم‌زمان در توالی DNA ایجاد شود. تحقیقات اپی‌ژنتیک تلاش می‌کند تا تغییرات پویا در پتانسیل رونویسی سلول‌ها را توصیف کند، تغییراتی که ممکن

است اثری باشند یا نباشند. اپی‌ژنتیک را می‌توان به‌عنوان یک نوع حافظه خاص در نظر گرفت. بیشتر خاطرات شامل ذخیره تجربیات به‌وسیله مغز است که به‌وسیله تغییر ارتباطات بین سلول‌های مغزی صورت می‌گیرد. این توانایی را که اغلب از آن به‌عنوان انعطاف‌پذیری یاد می‌شود، زمینه‌ای برای تغییرات زیادی در رفتار و همچنین خاطرات یادآور آگاهانه فراهم می‌کند. در مقابل، تغییرات اپی‌ژنتیکی با تغییرات بیان ژن‌های خاص و تولید پروتئین آنها انجام می‌شود. این تغییرات اپی‌ژنتیکی در فعالیت ژن شامل DNA و پروتئین‌های مرتبط با DNA می‌شود اما خود توالی DNA را تغییر نمی‌دهد. بیان ژن را می‌توان از طریق عملکرد "پروتئین‌های سرکوبگر" که خود را به DNA متصل می‌کنند، خاموش کرد، حتی اگر DNA بدون تغییر باقی بماند. برخی از تغییرات اپی‌ژنتیکی بسیار سریع اتفاق می‌افتد زیرا پروتئین‌ها بیان خود را در یک چرخه ۲۴ ساعته تغییر می‌دهند. باین حال، برخی موارد مثل انتقال تروما شامل تغییرات طولانی‌تریان ژن است؛ بنابراین، رویدادهای تروماتیک می‌توانند آن‌قدر جدی و شدید باشند که در ژن‌های افرادی که با آن واقعه روبه‌رو می‌شوند تغییر جدی به وجود آورند. مثلاً اگر جد فردی با فضایی تروماتیک روبه‌رو شود مثل هولوکاست می‌توان انتظار داشت که تغییراتی در ژنتیک او ایجاد می‌شود که به نسل بعد از خود انتقال می‌دهد.

با وجود عوامل ذکر شده برای انتقال تروما این نکته حائز اهمیت است که روبه‌رو شدن با تروما پیش‌بینی نمی‌کند که نسل بعدی نیز رفتارهای خاص مربوط به تروما را بروز دهند. در همین مورد ولفورد موردی را گزارش می‌کند. ولفورد، توضیح می‌دهد که دو مراجع وی چگونه تجربیات پدر بزرگ و مادر بزرگ خود را هنگام جدایی هند پاکستان دریافت کرده‌اند. تفاوت بین این دو مراجع قابل توجه است. یکی از آنها گزارش می‌دهد که چگونه پدر بزرگ و مادر بزرگش به‌خاطر اینکه در کشور خود مهاجر و پناهنده به حساب می‌آمدند دچار تروما شدند و این تروما روی دل‌بستگی نسل بعدی که پدر و مادر این فرد باشد تأثیر گذاشته بود در حالی که مراجع بعدی با وجود شرایط مشابه و اینکه مجبور به جابه‌جایی از کشور خود بودند اما احساس نزدیکی

بیشتری با خانواده‌اش داشت. به نظر می‌رسد که انتقال تروما یک مسیر خطی نیست و مطالعه شواهد تجربی را به چالش تبدیل می‌کند. همچنان سؤال اساسی این است که چگونه تجربیات سرکوب شده آسیب‌زای گذشته والدین، می‌تواند وارد ذهن و روح کودک شود.

گروه‌های تحت تأثیر ترومای بین‌نسلی معمولاً چه کسانی هستند؟

همان‌طور که در بالا بیان شد هرکسی یا به بیان بهتر نسل‌های پیشین هر خانواده‌ای به نحوی رویدادهایی را تجربه کرده‌اند که تروماتیک به حساب می‌آیند و امکان اینکه به نسل بعدی انتقال پیدا کند وجود دارد اما فاجعه‌ها و شرایط وحشتناکی در طول تاریخ رخ داده است و بشر با آن روبه‌رو شده است و قطعاً از آن تأثیر پذیرفته است و به همین دلیل بررسی‌های بیشتری از آن در دست است و از این بابت که زندگی تعداد زیادی از انسان‌ها را تحت تأثیر قرار داده است و از همه مهم‌تر به نسل‌های بعدی منتقل می‌شود و ممکن است تا سال‌ها ادامه داشته باشد خالی از لطف نیست اگر آنها را بررسی کنیم.

هولوکاست: یکی از بحث‌برانگیزترین رویدادهایی که تا کنون بشر با آن دست‌وپنجه نرم کرده است، فاجعه هولوکاست است. افرادی که هدف بی‌رحمی‌های این فاجعه بودند زمان سختی را تجربه کردند که قطعاً بر روان و جسم آنها تأثیرات گسترده‌ای را به همراه داشته است. این افراد در جنگ جهانی دوم، زمان اشغال نازی‌ها در اروپا تجربه‌های تروماتیکی را داشتند. منبع این تروماها می‌تواند کار در اردوگاه‌های کار اجباری باشد، محدود شدن به گتوها، فرار کردن از دست نازی‌ها، جدایی از خانواده، گرسنگی و... اولین باری که ترومای بین‌نسلی شناخته شد به نجات‌یافتگان از فاجعه هولوکاست بازمی‌گردد که توسط دکتر ویوان راکوف در سال ۱۹۶۶ کشف شد. راکوف متوجه شد، فرزندان افرادی که از فاجعه هولوکاست نجات یافتند آمار رو به افزایشی را برای دریافت خدمات مرتبط به سلامت روان نشان می‌دهند. در ارتباط با این گروه، دنیلی و همکاران، پرسش‌نامه‌ای طراحی کردند برای سنجیدن

سطح سلامت فرزندان کسانی که در حادثه هولوکاست حضور داشتند با هدف بررسی دوران کودکی، تربیت آنها، تاریخچه خانوادگی و تأثیرات آن بر زندگی آنها. نکته قابل توجه این پژوهش این بود که از ۱۹۱ نفر فرزند، ۳۵٪ اختلال اضطراب، ۱۴٪ پی‌تی‌اس‌دی و ۲۶٪ افسردگی داشتند.

آمریکایی‌های آفریقایی‌تبار: اثرات قرن‌ها برده‌داری و نابرابری نژادی منجر به علائم تروما در میان آمریکایی‌های آفریقایی‌تبار شده است. علاوه بر این، ویلیامز و همکاران، بیان می‌کنند که آمریکایی‌های آفریقایی‌تبار میزان PTSD بالاتری دارند و تبعیض نژادی بیشتری را نسبت به سایر گروه‌ها (اقلیت‌ها) تجربه می‌کنند. آمریکایی‌های آفریقایی‌تبار نه تنها از وحشیگری و تحقیر و برده‌داری رنج برده‌اند، بلکه از ظلم و ستم مستمر سیستماتیک به شکل قانون‌های جیم کرو، خطوط قرمز، حبس‌های دسته‌جمعی و نابرابری اقتصادی نیز در امان نمانده‌اند. دولت ایالات متحده، آمریکایی‌های آفریقایی‌تبار را چند دهه به حاشیه راند و حقوق آنها برای زندگی، آزادی و جستجوی خوشبختی را زیر پا گذاشت.

کودکان آفریقایی‌آمریکایی واکنش‌های رفتاری از خود بروز می‌دهند که نشان‌دهنده ترومایی اولیه است و در طول نسل‌ها منتقل شده است. در واقع تجربیات آنها ممکن است در چارچوب خانواده باشد و یا با بی‌عدالتی‌ها و نابرابری‌های فرهنگی مشخص شود. برای انتقال تروما به نسل‌های آینده لازم نیست همه خانواده در معرض رویداد تروماتیک قرار بگیرند چراکه پیامدهای ناشی از آن باقی می‌ماند و فرزندان را تحت تأثیر آن قرار می‌دهد.

پناهندگان: پناهندگان گروهی دیگر از افراد هستند که ترومای بین‌نسلی را تجربه می‌کنند. اگرچه پناهندگان ممکن است در معرض انواع دیگری از تروماها نیز قرار گیرند. فرزندان آنها با نقل مکان در زمان کودکی با محیطی غریبه و اسکان مجدد روبه‌رو می‌شوند که در برابر این تغییرات به شدت آسیب‌پذیر هستند. آنها دائماً با چالش یادگیری یک زبان جدید، انتقال به محیطی جدید و چالش حرکت در ساختار اجتماعی

کشور میزبان مواجه خواهند شد. علاوه بر این، اکثر کشورهای میزبان به پناهندگان خدمات بهداشت روانی کافی ارائه نمی‌دهند که به نوبه خود باعث تشدید علائم تروما می‌شود و به انتقال آن کمک می‌کند. باتوجه به پژوهش حمید و همکاران (۲۰۱۸)، بچه‌های پناهنده در خطر بیشتری برای افسردگی، اختلال استرس پس از سانحه، اضطراب، عدم تمرکز و سایر مشکلات روانی هستند.

با وجود این گروه‌ها و تأثیرات ناشی از تجربیات آنها سؤالی که مطرح می‌شود این است؛ آیا می‌توان ترومای بین‌نسلی را صرفاً مخصوص گروهی خاص دانست؟ حقیقتاً این‌گونه نیست و نخواهد بود. زیرا زندگی هیچ‌گاه برای اجداد ما راحت نبوده است افزایش جمعیت، جنگ و بیماری‌ها این واقعیت را بیان می‌کند که تصور زندگی بدون مشکل تقریباً غیرممکن است، و فقط تعداد اندکی را می‌توان یافت که تاریخچه زندگی‌شان خالی از رویدادهای تروماتیک باشد.

یکی از ویژگی‌های افرادی که با رویداد آسیب‌رسان روبه‌رو شده‌اند عدم تمایل آن‌ها به صحبت درمورد آسیب است (یکی از طبقه‌بندی‌های اختلال استرس حاد) یا به بیانی دیگر رویداد آسیب‌رسان این ویژگی را دارد که فرد را به سمت صحبت نکردن سوق می‌دهد اما سؤالی مطرح می‌شود، آیا روایت نکردن خاطرات جلوی انتقال آن را می‌گیرد؟ باتوجه به توضیحات پاسخ نه خواهد بود. شواهدی وجود دارد مبنی بر اینکه روایت‌های خاموش شده از تروما و رویداد آسیب‌زا این امکان را دارند که به کابوس‌هایی تبدیل می‌شوند و در نسل بعدی مشاهده می‌شود و جالب اینکه صحنه‌های آسیب‌زایی را به تصویر می‌کشند که توسط والدین، پدربزرگ‌ها، مادربزرگ‌ها و نسل‌های قبلی تجربه شده‌اند. به نظر می‌رسد حتی با وجود رفتارهایی که مستقیماً نشانه‌های تروما را ندارند امکان انتقال آن به کودکان (نسل بعدی) وجود دارد. در این رابطه کلمن (۲۰۱۱) می‌گوید: این اتفاق این‌طور به نظر می‌رسد که آنها بخش ناهوشیار ذهن والدین خود را به ارث برده‌اند. کلمن (۲۰۱۱)، در ارتباط با نوع کابوس‌هایی که کودکان بازماندگان هولوکاست تجربه می‌کنند توضیح می‌دهد: بسیاری از کودکان بازمانده هولوکاست کابوس‌هایی دیده‌اند که در آن تحت تعقیب، شکنجه و آزار و یا نابودی قرار می‌گیرند.

کوهن و موریسون (۲۰۱۸؛ به نقل از بوناگوریو، ۲۰۲۰) مطالعه‌ای کیفی با فرزندان بازماندگان هولوکاست انجام دادند. بخشی از مصاحبه‌ها مربوط به کابوس‌ها و رؤیاهایی است که این نوادگان با آن روبه‌رو می‌شوند. یکی از شرکت‌کنندگان خوابی را که دیده بود تعریف کرد: نمی‌توانم به شما بگویم که آشویتس است یا نه فقط نمی‌دانم، اما این چیزی است که احساس می‌کنم آنجا هستم ... احساس می‌کنم چیزی واقعی است، هر چه که باشد و بسیار زنده به نظر می‌رسد. در واقع این مصاحبه‌شونده نمی‌تواند به کابوسی که می‌بیند معنی بدهد، زیرا داستان پشت تجربه پدربزرگ و مادربزرگش در آشویتس از بین رفته است در نهایت مشخص شد که پدربزرگ این فرد خاطراتش در اردوگاه مرگ را برای نوه خود تعریف نکرده است تا او را از تصاویر و خاطرات وحشتناک آنجا حفظ و محافظت کند. اما تروما و آسیب‌زا بودن در اردوگاه آشویتس به قدری بزرگ و عظیم است که به‌هر حال به نسل بعدی به ارث رسیده است.



انکار تروما و حافظه

نگار ملکیان | دانشجوی کارشناسی روان‌شناسی دانشگاه اصفهان

راه‌های مختلفی برای کنار آمدن با «تروماها»، مانند سوءاستفاده جنسی وجود دارد. به‌عنوان مثال، برخی از افراد ممکن است تمایل داشته باشند در مورد ترومایشان با شخص دیگری بحث و گفتگو کنند، در حالی که برخی دیگر تمایل دارند با فکر نکردن در مورد آسیبی روانی پیش آمده، با آن مقابله کنند، یا حتی انکار می‌کنند که درکل این اتفاق افتاده است. لیاندا (۲۰۱۰) گزارش‌های مربوط به ۲۷ کودک را که مورد آزار جنسی قرار گرفته بودند را بررسی کرد تا ارزیابی کند که آیا این کودکان تجربیات آسیب‌زای خود را گزارش می‌کنند یا انکار می‌کنند. مهم‌تر از همه، در این کیس‌ها، جزئیات خاصی در مورد سوءاستفاده، می‌تواند با شواهد خارجی مانند تصاویر یا فیلم‌ها تأیید شود. در مجموع، این ۲۷ کودک در اولین مصاحبه‌ای که پلیس با آنها انجام داد، تجربه اعمال خشونت‌آمیز مستند را، به‌صراحت انکار کردند. مواردی از این دست این واقعیت را نشان می‌دهد که گاهی اوقات افراد، به‌دروغ تروماها را انکار می‌کنند.

قربانیان یا شاهدان عینی ناخواسته، گاهی در مصاحبه‌های بعدی حقیقت را مطرح می‌کنند و ممکن است از شهادت آنها به‌عنوان مدرک در دادگاه استفاده شود. در چنین مواردی، غیرمعمول نیست که علاوه بر وقایع (تروماتیک)، در مورد مکالمات قبلی با والدین، مراقبان یا پلیس نیز شهادت داده می‌شود. شهادت دوم «شهادت محاوره‌ای» نامیده می‌شود و پایایی آن مورد مطالعه قرار نگرفته است.

مشکل شهادت‌های محاوره‌ای این است که قربانی‌ای که بعد از اولین انکار، وقایع تروماتیک را فاش کرده؛ ممکن است با تاکتیک‌های مصاحبه پیشنهادی از جمله (اطلاعات نادرست پس از رویداد) روبرو شوند. برای مثال: گاهی اوقات بچه‌های قربانی، تجارب مورد سوءاستفاده قرار گرفته شدنشان را برای والدینشان فاش می‌کنند و تحقیقات نشان می‌دهد که اغلب والدین در طول این مکالمات «سوالات پیشنهادی» زیادی را می‌پرسند.

سؤال اینجاست که: بعد از آنکه فرد قربانی به‌واسطه مکالمات قبلی در معرض اطلاعات گمراه‌کننده در مورد رویداد تروماتیک تجربه شده قرار می‌گیرد؛ آیا تلاش‌های دروغ او برای انکار آن رویداد، ممکن است بر حافظه و خطاهای حافظه قربانی تأثیر بگذارد!

نکته: سؤال پیشنهادی دلالت بر این دارد که باید به آن پاسخ خاصی داده شود. یا پیش فرضی را به‌اشتباه در سؤال، به‌عنوان، واقعیت پذیرفته شده ارائه دهد. چنین سؤالی حافظه را مخدوش می‌کند و در نتیجه فرد را فریب می‌دهد تا به روشی خاص پاسخ دهد که ممکن است درست باشد و با احساسات واقعی او سازگار باشد یا این‌طور نباشد، و همچنین می‌تواند عمدی یا غیرعمدی باشد.

اثرات حافظه به دنبال انکار نادرست

فراموشی ناشی از انکار

یک خط تحقیقاتی نشان داده است که «انکار دروغ» ممکن است منجر به خطای حذف، در اظهارات شاهد شود. در یکی از اولین مطالعات در مورد اثرات انکار روی حافظه، اتگار و همکاران (۲۰۱۴) از کودکان (۶-۸ و ۱۰-۱۲ ساله) و بزرگسالان خواست تا یک ویدیو را تماشا کنند. در مرحله بعد، آزمایشگر در مصاحبه‌ای از شرکت‌کنندگان سؤالاتی در مورد ویدئو پرسید. از برخی از شرکت‌کنندگان خواسته شد که به‌دروغ انکار کنند که چندین جزئیات را در این ویدیو دیده‌اند، در حالی که از گروه کنترل خواسته شد صادقانه پاسخ دهد. پس از یک هفته، حافظه

می‌گویند. در نتیجه انکار دروغ یک تروما، به این دلیل که به مقدار کمتری منابع شناختی نیاز دارد؛ با فراموشی مرتبط است.

انکارهای دروغین و خاطرات دروغین

مجموعه وسیعی از تحقیقات، تأثیر اطلاعات گمراه‌کننده (در سؤالات پیشنهادی) را بر شکل‌گیری حافظه کاذب، با استفاده از پارادایم اطلاعات غلط مورد مطالعه قرار داده‌اند.

این پارادایم از یک روش سه‌مرحله‌ای پیروی می‌کند: ابتدا، به شرکت‌کنندگان یک محرک مانند ویدئویی از یک جنایت ساختگی ارائه می‌شود. دوم، شرکت‌کنندگان اطلاعات غلطی را دریافت می‌کنند (به‌عنوان مثال، "دزد مسلح اسلحه را در چه دستی نگه داشته است؟"، در حالی که در واقع هیچ اسلحه‌ای وجود نداشت). سوم، حافظه شرکت‌کنندگان برای محرک مورد آزمایش قرار می‌گیرد.

اثر اطلاعات غلط، این یافته را توصیف می‌کند که شرکت‌کنندگانی که اطلاعات غلط دریافت کرده‌اند این را در گزارش‌های حافظه که بعداً از آنها خواسته می‌شود؛ گزارش می‌دهند و این گزارش‌های حافظه غلط می‌تواند نشان‌دهنده باشد که، «خاطرات دروغین» می‌تواند از طریق سؤال‌های پیشنهادی ایجاد شود. تعدادی مطالعات هستند که رابطه بین مکانیسم‌های مقابله‌ای متمرکز بر هیجان (به‌عنوان مثال، انکار) و تلقین‌پذیری را بررسی کرده‌اند. راهبردهای مقابله‌ای متمرکز بر هیجان، راهبردهایی باهدف «اجتناب از موقعیت‌های استرس‌زا» هستند و شامل تخلیه هیجانات، انکار یا سوء‌مصرف الکل می‌شوند.

بر اساس نتایج مطالعه‌ای توسط هاوارد و هونگ: شرکت‌کنندگانی که از استراتژی‌های مقابله‌ای متمرکز بر هیجان استفاده می‌کردند، در مقایسه با شرکت‌کنندگانی که از راهبردهای مقابله‌ای متمرکز بر مشکل استفاده می‌کردند، اطلاعات نادرست بیشتری را گزارش کردند.

بر اساس مطالعات انجام شده، تعدادی محقق استدلال کردند که راهبردهای مقابله‌ای هیجانی اجتنابی ممکن است منابع شناختی را از وظیفه یادآوری دقیق اطلاعات و مدیریت احساسات منحرف کند. از این رو،

شرکت‌کنندگان در مصاحبه و ویدیو به‌وسیله آزمون حافظه مورد آزمایش قرار گرفت. در نتیجه محققان دریافتند که شرکت‌کنندگانی که جزئیات ویدیو را به‌دروغ انکار کردند، بیشتر از شرکت‌کنندگان کنترل که صادقانه پاسخ دادند، جزئیاتی را که در مصاحبه صحبت کرده‌اند فراموش می‌کنند. «البته حافظ ویدیو با انکار دروغ تضعیف نشد». این اثر که در آن انکارهای دروغ منجر به فراموشی جزئیاتی شد که در گفتگوهای قبلی با آزمایشگر مورد بحث قرار گرفته بود، از آن زمان به بعد «فراموشی ناشی از انکار» نامیده شد.

تعدادی محقق فراموشی ناشی از انکار را با استفاده از انواع مختلف محرک‌ها تکرار کردند. به‌طور خاص، رومئو و همکاران با استفاده از صحنه واقعیت مجازی، یک موقعیت تروماتیک سقوط هواپیما را شبیه‌سازی کردند. نه تنها فراموشی ناشی از انکار برای مکالمات در مورد یک محرک شبیه‌ساز تروما تکرار شد، بلکه دریافتند که انکار دروغ منجر به فراموشی خود رویداد آسیب‌زا نیز می‌شود. در حال حاضر، مشخص نیست که آیا انکارهای کاذب ممکن است تنها زمانی بر حافظه رویداد تجربه شده تأثیر منفی بگذارد که این رویداد ماهیت آسیب‌زا داشته باشد یا خیر! اما به‌طور کلی، این تحقیق نشان می‌دهد که انکار دروغ ممکن است منجر به خطاهای حذف در مورد مکالمات قبلی شود.

دروغگویی و استفاده از منابع شناختی

یکی از مکانیسم‌های احتمالی در پشت تأثیری که انکارهای کاذب بر حافظه دارد؛ میزان منابع شناختی استفاده شده در طول یک انکار دروغ است.

به‌طور کلی انکار دروغ می‌تواند یک استراتژی دروغگویی در نظر گرفته شود. این در صورتی است که یک فرد برای انجام یک استراتژی دروغگویی خاص به منابع شناختی نیاز دارد. طبق این چارچوب، استراتژی‌هایی که منابع شناختی کمتری را به خود اختصاص می‌دهند با «خطای حذفی» مرتبط هستند. در حالی که آنهایی که به منابع شناختی بیشتری نیاز دارند با «خطای عمل» مرتبط هستند.

خطای عمل زمانی رخ می‌دهد که فردی به‌اشتباه، جزئیاتی را گزارش دهد که هرگز واقعاً ارائه نشده یا تجربه نشده است که به آنها خاطرات کاذب نیز

تشخیص تناقض‌های بین رویدادهای اصلی و اطلاعات نادرست القا شده، دشوارتر می‌شود.

آزمایش جاری

آزمایش فعلی تأثیر انکارهای دروغین بر فراموشی و گزارش خاطرات نادرست مبتنی بر سؤال‌های پیشنهادی را در ارتباط با یک رویداد مشابه تروما بررسی کرد. با توجه به نتایج، انکارهای دروغین و خاطرات نادرست هم از نظر «عملی» و هم از نظر «نظری» مرتبط است. از نظر عملی: به این دلیل که شاهدان و قربانیانی که در ابتدا به دروغ در مصاحبه‌ها انکار می‌کنند، ممکن است با اطلاعات پیشنهادی مواجه شوند. از منظر نظری: تئوری‌های مختلف فعلی در ارتباط با حافظه نادرست، منجر به پیش‌بینی‌هایی درباره ارتباط احتمالی بین گزارش انکار دروغین یک تروما و خاطرات نادرست شده است. به طور خاص، در آزمایش فعلی، یک ویدئوی مشابه

تروما به عنوان محرک اولیه استفاده شد. این ویدئو شامل یک تصادف اتومبیل ناشی از یک راننده بی‌توجه که در حال پیامک دادن است را نشان می‌دهد. سه خودرو با یکدیگر تصادف می‌کنند و چندین کشته از جمله یک نوزاد برجای می‌گذارند. نیروهای اورژانس به صحنه می‌رسند و ویدئو، با عکسی از چهره راننده به پایان می‌رسد.

از نیمی از شرکت‌کنندگان خواسته شد که در مصاحبه با آزمایشگر به طور مکرر اطلاعات مربوط به این ویدئو را انکار ورد کنند، در حالی که از نیمی دیگر خواسته شد که صادقانه پاسخ دهند. دلیل اینکه ما «انکارهای نادرست مکرر» را به کار گرفتیم دو مورد بود. اول اینکه، بسیار معمول است که شاهدان به طور مکرر مورد بازجویی قرار گیرند؛ علاوه بر این، نشان داده شده است که در مصاحبه، انکارهای دروغین مکرر نه تنها تأثیرات یادآوری قوی‌تری را نسبت به انکارهای دروغین منفرد داشته‌اند، اما همچنین در آزمایش اخیر، حافظه



نادرست درباره رویداد را تحت تأثیر قرار داده است. در مرحله بعد، شرکت‌کنندگان اطلاعات نادرستی در مورد ویدیوی مشابه تروما و مصاحبه، قبل از تکمیل تست حافظه دریافت کردند.

نتایج آزمایش جاری

نتایج نشان می‌دهد که فیلم مشابه تروما موفق شد بر حالات عاطفی شرکت‌کنندگان تأثیر بگذارد. همچنین اطمینان حاصل شد که هیچ تفاوتی در عاطفه شرکت‌کنندگان، چه در شرایط انکار دروغ و چه در شرایط گزارش صادقانه وجود ندارد.

باتوجه به آزمون حافظه در ارتباط با مصاحبه صورت گرفته: شرکت‌کنندگان در گروه انکار دروغین، از نظر آماری جزئیات کمتری را در مقایسه با شرکت‌کنندگان در گروه کنترل (گزارش صادقانه)، به خاطر داشتند. علاوه بر آن شرکت‌کنندگان در شرایط انکار دروغین، اطلاعات نادرست بیشتری در مورد مصاحبه قبلی نسبت به شرکت‌کنندگان در گروه کنترل (گزارش صادقانه)، گزارش کردند.

باتوجه به آزمون حافظه در ارتباط با ویدیوی مشابه تروما: در حافظه واقعی در مورد وقایع موجود در فیلم، بین شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش (انکار دروغین) و کنترل (گزارش صادقانه)، تفاوت آماری معنی‌داری پیدا نشد. همچنین شرکت‌کنندگان در گروه آزمایش از نظر آماری اطلاعات نادرست بیشتری را در رابطه با ویدیو نسبت به شرکت‌کنندگان در گروه کنترل، گزارش نکردند.

برای درک بیشتر تأثیرات انکار دروغین بر گزارش حافظه نادرست، علاوه بر این، تحلیل‌های همبستگی بین خاطرات نادرست گزارش شده برای ویدیو و خاطرات نادرست گزارش شده برای مصاحبه انجام داده شد. در گروه کنترل (گزارش صادقانه)، گزارش‌های خاطرات نادرست برای ویدیو و مصاحبه از نظر آماری همبستگی مثبت و معنی‌داری داشتند. با این حال، در گروه آزمایش (انکار دروغین)، حافظه نادرست برای مصاحبه و ویدیو از نظر آماری با یکدیگر همبستگی معنی‌داری نداشتند.

نتایج نشان می‌دهد که پس از انکار دروغین تجربیات آسیب‌زا (تروماها)، ممکن است کسی:

۱) در گفتگوها در مورد رویداد آسیب‌زا، جزئیاتی را که طی آن «انکار» رخ داده است، فراموش کند.

۲) در مورد بحث‌های صورت گرفته در گفتگوها، ممکن است فرد انکارکننده بیشتر از کسی که صادقانه گزارش داده است؛ مستعد «یادآوری اشتباه» باشد.

این مفهوم، برای شهادت‌هایی که شاهدان در دادگاه داده‌اند؛ بسیار مهم است (شاهدانی که پس از انکار قبلی تروما، شروع به صحبت در مورد اتفاقات افتاده در مورد تجربه آسیب‌زا می‌کنند). در حالی که اعتبار حافظه برای مکالمات قبلی و در نتیجه «شهادت برای مکالمات»، ممکن است تحت تأثیر منفی انکارهای دروغین قبلی قرار بگیرد. اما داده‌ها نشان می‌دهد که «حافظه خود رویداد» کمتر تحت تأثیر انکارهای قبلی قرار می‌گیرد.

تروما و روان‌کاوی

احسان صالحی در گفتگو با دکتر مهدی رضا سرفراز، عضو هیأت علمی دانشگاه شیراز

روان‌کاوی به مثابه یک افق روی دادگی: یک مقدمه‌ی کوتاه

هدف نخستین متن حاضر این است که نشان دهد می‌توان به مکاتب موجود در روانشناسی این‌گونه نگریست که گویی چیزی نیستند جز جهان‌بینی‌های منحصربه‌فرد، که هرکدام، قدری از حقیقت روان انسان را آشکار می‌سازند و دیگر وجوه حقیقت را از نظر پنهان می‌کنند؛ در نتیجه هیچ‌یک از مکاتب روانشناسی، نباید و اساساً نمی‌تواند ادعای فراچنگ آوردن تام و تمام حقیقت روان انسان را داشته باشد.

هدف دومین نوشته‌ی موجود، که در ادامه‌ی هدف نخستین معنا می‌شود، این است که به مثابه مقدمه‌ای برای مصاحبه‌ی بعد از آن (مصاحبه در رابطه‌ی مفهوم تروما از دیدگاه روان‌کاوی)، برای نکتۀ تأکید کند که روان‌کاوی، تنها یکی از چندین افق روی دادگی حقیقت است و اگرچه توانسته صورت‌بندی دقیق و منسجمی از مقوله‌ای همچون تروما به دست دهد، اما نباید و اساساً نمی‌تواند ادعای فهم تمام و کمال حقیقت روان انسان و مفهوم تروما را داشته باشد.

۱. «تروما چیست؟»، «چگونه فهم می‌شود؟»، «چگونه به اختلالات روانی دامن می‌زند؟»...

این سه پرسش و پرسش‌هایی از این دست، همان‌هایی هستند که شماری حاضر نشریه‌ی روان‌یار در جهت پاسخ به آن‌ها قدمی بلند برداشته است. اما آیا می‌توان به چنین پرسش‌هایی، پاسخی درخور داد، بی‌آنکه نخست واژه‌ی «روان»، معنا شود؟ یا بی‌آنکه نخست به پرسش‌های زیر، پاسخ مناسبی داد؟

«روان چیست؟»، «با چه ابزاری فهم می‌شود؟»، «چگونه دچار اختلال می‌شود؟»...

به نظر می‌رسد که پرسش «روان چیست؟» مقدم است بر پرسش «تروما چیست؟»، چرا که تا فهم صحیح یا لااقل پذیرفته‌شده‌ای از مفهوم روان در دست نباشد، پرداختن به مفهوم تروما، جز بازی با کلمات و سربر آوردن مطالب نامنسجم و مغشوش نتیجه‌ای دربر نخواهد داشت؛ از همین روست که مکاتب متعدد در روانشناسی (اعم از رفتاری، شناختی، روان‌کاوی و...) متولد شده‌اند. در واقع مکاتب و گرایش‌های گونه‌گون در روانشناسی، هر یک کوشیده است تا با استفاده از ابزاری که در دست دارد، تعریف مشخصی از «روان» به دست دهد و از این طریق، راه را برای پرداختن روشن و منسجم به مقولاتی مانند تروما هموار سازد.

اما حقیقت نزد کدام یک است؟ لااقل آن‌گونه که در ظاهر نمایان است، مکاتب روانشناسی، در قیاس با یکدیگر تعاریف و تفاسیر متفاوت و چه بسا متناقضی درباره‌ی روان آدمی‌زاد پرداخته‌اند، و انگار بایستی ناچاراً به این نتیجه‌گیری تن داد که تنها یکی از این مکاتب، حقیقت روان انسان را فهمیده است.

اکنون بگذارید اندکی بیش‌تر به پیش‌رویم و این نکته را مطرح سازیم که انگار مهم‌تر از پرسش «روان چیست؟»، پرسشی قرار دارد که مستقیماً مفهوم «حقیقت» را نشانه می‌رود: «حقیقت چیست؟». انگار تا زمانی که نتوان پاسخ درخوری به پیستی حقیقت داد، نمی‌توان صورت‌بندی صحیحی از روان یافت و در نتیجه نمی‌توان مقولاتی همچون تروما را به درستی فهم کرد.

۲. اگر نظریات و ایده‌های متعدد را درباره‌ی پیستی حقیقت گرد آوریم، می‌توانیم در یک طبقه‌بندی عاریتی، به سه شکل، مفهوم حقیقت را فهم کنیم:

- در یک معنای سنتی (که امروزه کم‌تر مورد توجه قرار می‌گیرد)، حقیقت، مقوله‌ای کاملاً دست‌یافتنی است. در این معنا، اگر یک نظریه، آن قدر دقیق و ظریف باشد که تمامی وجوه حقیقت را در بر بگیرد، می‌تواند ادعای فهم حقیقت کند و دیگر نظریه‌ها را از میدان بیرون سازد.

- در یک معنای پُست‌مدرن، حقیقت نه تنها دست‌یافتنی نیست، که چه بسا چیزی تحت عنوان «حقیقت» وجود ندارد. در این معنا، حقیقت چیزی نیست جز تفسیر و تأویلی که یک اندیشمند یا نظریه، درباره‌ی آن‌چه مشاهده یا تجربه می‌کند می‌پردازد. در نتیجه از این نظرگاه، هر اندیشمند، به اقتضای بستر تاریخی‌ای که در آن متولد