

گردنبندی از خون محبوب رفتار عاشقانه یا هشدار جدی؟

در گفت‌وگو با یک روان‌شناس، پدیده عجیب گردنبند درست کردن از خون معشوق و رفتارهایی از این دست را که بین برخی نوجوانان ما وجود دارد، بررسی کرده ایم

آلپه توانا | روزنامه نگار

پرونده

چند وقتی است که عکس‌هایی دست‌به‌دست می‌شود از رفتار غیرمتعارف نوجوانان عاشق یا دست‌کم کسانی که خودشان را عاشق می‌نامند و برای اثباتش گردنبندی از خون دیگری به گردن یا دستبندی از موی هم، به دست می‌اندازند. اولین و تنها مواجهه‌ام با این نوع ابراز عشق در فضای مجازی بود؛ به چند حساب کاربری در توئیتر برخورد کردم که عکس گردنبند خون افرادی ناشناس را باز نشر کرده بودند و چند پیج اینستاگرامی دیدم که از بعضی مشتریان‌شان چنین سفارش‌هایی گرفته‌اند. هنوز نمی‌دانم این رفتار چقدر شایع شده است و به هیچ پژوهش و مقاله‌ای هم در این زمینه برخورد نکردم. فقط می‌دانم گروهی، هر قدر هم اندک، راه عجیبی برای اثبات علاقه‌شان انتخاب کرده‌اند که لازم است پیش از تبدیل شدن به شیوه‌ای فراگیر، آن را بشناسیم. واکنش فضای مجازی به این پدیده، دو قطبی است؛ گروهی، عمدتاً بزرگ‌ترها، آن را نقد می‌کنند و دلیلی موجه برای سرزنش نسل جدید می‌دانند؛ گروه دیگر، معمولاً جوان‌ترها از آن - حداقل در حد حرف و نظر - استقبال می‌کنند. این روی خوش نشان دادن به رفتاری که متعارف به نظر نمی‌رسد و آن‌اخم و تخم کردن‌هایی که واکنش اول و آخر خیلی از بزرگ‌ترها به سبک زندگی نوجوانان است، مجابم کرد که باب گفت‌وگویی را درباره این موضوع باز کنم؛ گردنبندی از خون محبوب، رفتاری عاشقانه است یا پیامی هشدارآمیز؟ در ادامه روایتی کوتاه از یکی از سازندگان گردنبند و تحلیل یک روان‌شناس را درباره این موضوع می‌خوانید.

من عاشقم، یک عاشق متفاوت!

بررسی روان‌شناسانه گردنبند خون، ارتباطش با دوران نوجوانی و اختلالات روان‌شناختی که در این ماجرا نقش پررنگی دارند

در مطالب قبلی گفتیم، عمده واکنش‌ها به موضوع مورد بحث - که البته در همان سطح فضای مجازی باقی مانده و به گفت‌وگو آسیب‌شناسانه وارد نشده است - تمسخر نسل جدید و افسوس خوردن به حال آن‌هاست. دکتر «کاوه قادری»، روان‌شناس به ما توضیح می‌دهد با چه پدیده‌ای روبرو هستیم و رفتار درست در مواجهه با آن چیست؟

🔗 چه ارتباطی بین سازه‌های شناختی نوجوانی و گردنبند خون وجود دارد؟

در برخورد با هر مسئله‌ای، ابتدا باید بفهمیم میزان شیوعش چقدر است؟ شیوع بالایی دارد و صورت اپیدمیک پیدا کرده است یا بین قشر و گروه خاصی رخ می‌دهد؟ در ارتباط با موضوع مورد بحث، فعلاً داده‌های کافی نداریم که بدانیم با اپیدمی مواجه هستیم یا منحصر به طیف ویژه‌ای است بلکه حدس می‌زنیم که بین نوجوانان و جوان‌های کم‌سن‌وسال شایع‌تر باشد. بر همین اساس می‌توانیم این پدیده را به‌طور کلی براساس ویژگی‌های دوره نوجوانی تبیین کنیم. در دوره نوجوانی دو اتفاق مهم در ساختار شناختی فرد رخ می‌دهد. سازه شناختی اول، مفهومی است به نام «تماشاگران خیالی» که نوجوان براساس آن فکر می‌کند در معرض دید دیگران است، همه‌روی او تمرکز کرده‌اند، مسئله روز آدم‌های پیرامونش و در مرکز توجه دنیاست. طبق این تصور، فرد اعتقاد دارد هر

عملش برای دیگران خیلی مهم است به همین دلیل یک‌سری رفتار نمایشی برای جلب توجه دیگران از او سر می‌زند. مفهوم تماشاگران خیالی یکی از دلایلی است که می‌تواند توجیه‌کننده چرایی چنین رفتاری در نوجوان‌ها بیشتر دیده می‌شود؛ گردنبندی از خون معشوق داشتن، جلوه متفاوتی از عشق را نشان می‌دهد. فرد به‌وسیله آن اعلام می‌کند که «من عاشقم، یک عاشق

متفاوت!». سازه شناختی دوم مرتبط با این موضوع، «افسانه شخصی» است که طبق آن فرد فکر می‌کند مشکل فقط مال دیگران است و اتفاقات بد ناگوار برای او رخ نمی‌دهد. نوجوان معتقد است جدایی و به هم خوردن رابطه عاطفی، قرار نیست برای او رخ بدهد چون او متفاوت است و یکی از نشانه‌های تفاوتش این است که نشانه‌ای از دوستش دارد که دیگران ندارد.

🔗 رد کدام اختلالات را می‌توان در این پدیده مشاهده کرد؟

حالا این سوال پیش می‌آید که چرا همه نوجوان‌ها این کار را نمی‌کنند؟ سازه‌های شناختی که درباره‌شان حرف زدیم، برای بروز پدیده مورد بحث لازم‌اند ولی کافی نیستند. افرادی چنین کارهایی را بیشتر انجام می‌دهند که در ساختار شخصیتی‌شان یک‌سری پاتولوژی‌های شخصیتی داشته باشند؛ گرچه تحقیقاتی در این زمینه انجام نشده است اما به نظر می‌رسد چهار اختلال شخصیتی با این موضوع در ارتباط‌اند.

افرادیکه «اختلال شخصیت نمایشی» دارند، در این افراد همه چیز اغراق می‌شود تا دیده شود؛ هیجاناتی مثل غم، خشم، نفرت و عشق را به‌صورت اغراق شده بروز می‌دهند و معمولاً هم این هیجانات سطحی هستند. در خصوص رفتار مدنظر، فرد آن را نمادی از عشق می‌داند ولی در واقع اغراق بسیار شدید در رابطه عاطفی است که به شکل نمادین بروز می‌کند.

افرادیکه درگیر «اختلال شخصیت مرزی» هستند؛ ویژگی شناختی این افراد، «دو نیمه‌سازی» است. در نتیجه این ویژگی فرد گاهی از طرف مقابلش تصویری بسیار رویاگونه، فوق‌العاده دوست‌داشتنی و غیرقابل‌دستیابی می‌سازد و بعد از مدتی همان شخص را به



بدرترین شکل ممکن تخریب و بی‌ارزش می‌کند. درواقع تصویر او از فرد مقابلش، حالت متعادلی ندارد یا او را لایق پرستیدن می‌داند یا آن قدر بد که باید از بین برود. در افراد دارای اختلال شخصیت مرزی، رفتار مورد بحث می‌تواند در اپیزودی که فرد از طرف مقابلش بت می‌سازد، رخ بدهد؛ چرا که از بت است که نماد می‌سازند و یادگاری و نشانه برمی‌دارند. درواقع نوعی شبه‌تبت است.

در «اختلال شخصیت وابسته» افراد معتقدند بدون دیگری وجود ندارند. فرد دارای اختلال شخصیت وابسته باور دارد بدون کسی که با او رابطه داشته باشد و به او

هویت بدهد، موجودی دوست‌داشتنی نیست. رفتار نگه داشتن خون و مو در این افراد، حاوی چنین پیامی است که رابطه ما نباید از بین برود و اگر چنین شود، من می‌میرم. درواقع نوعی پیام هشدارآمیز پیشاپیشی است که نبود این رابطه، فرد را به هم می‌ریزد.

«اختلال شخصیت خودشیفته»

حالت دیگری است که می‌تواند تبیینی از رفتار مدنظر ما ارائه بدهد. گرچه در ظاهر به نظر می‌رسد افراد خودشیفته صرفاً روی خودشان متمرکزند و در آن‌ها اهمیت دادن به دیگری وجود ندارد اما در یکی از انواع نارسایی‌های «خودشیفتگی آسیب‌پذیر» شناخته می‌شود، فرد حس می‌کند باید با دیگران بسیار متفاوت باشد و تمایزش به‌وضوح دیده شود. او در برابر ترک شدن و از دست رفتن این تصویر به شدت حساس است و در برابر هر نوع تلنگری که این تصویر را به هم بزند که تو نفر اول زندگی دیگری نیستی، آشفته می‌شود. درواقع این نمادسازی از معشوق به این معناست که «همان‌طور که تو مهم‌ترین شخص زندگی من هستی و این هم نشانه‌اش است، پس از تو هم انتظار می‌رود چنین باشی». بنابراین به‌طور خلاصه می‌توان گفت ویژگی‌های شناختی دوران نوجوانی، بستری است که سازه‌های اولیه رفتار مذکور را شکل می‌دهد و برخی اختلالات شخصیتی می‌توانند آن را فعال کنند.

🔗 آیا تعریف سالمی از عشق شکل گرفته است؟

نکته مهمی که در نگاه اول ممکن است به نظر نرسد آن است که این پدیده را می‌توان نوعی رفتار «خودآسیب‌رسان» در نظر گرفت. گرچه این پدیده از نوع خودزنی و اقدام به خودکشی

نیست اما یک پیام نمادین دارد؛ رابطه عاطفی‌ام با خون و گوشت و تمام اعضا و جوارح من پیوند دارد. منی که از خون [خودم یا] معشوقم برای خودم گردنبند تهیه می‌کنم، در صورت از بین رفتن این رابطه می‌توانم دیدن خون خودم و دیگری را هم تحمل کنم. درواقع می‌تواند این پیام هشدارآمیز را منتقل کند که به هم ریختن رابطه ممکن است تکان‌های خودآسیب‌رسان را فعال کند. برخلاف چیزی که به نظر می‌رسد و فرد تمایل دارد آن را نمایش بدهد، نگه داشتن خون فرد محبوب نه تنها نمادی از عشق نیست بلکه نمادی از تردید در عشق است. من می‌ترسم دیگری را از دست بدهم، پس به شکل اغراق‌آمیزی می‌خواهم ثابت کنم که این رابطه جدی است. مثل کسی که می‌ترسد موضوعی را فراموش کند و برای خودش یادآور می‌گذارد؛ مثلاً نخ به انگشتش وصل می‌کند. البته در کنار همه این موارد باید امر تقلید اجتماعی را هم در نظر داشته

باشیم. نوجوان‌ها که در سن هویت‌یابی هستند، این رفتارها را در شبکه‌های مجازی می‌بینند و ممکن است صرفاً به دلیل آن که به نظرشان جالب می‌رسد، از آن تقلید کنند. به هر حال دلیل رفتار هر چه باشد، باید توجه جامعه به آن جلب شود. به نظر من در جامعه امروز ما و به‌ویژه در نسل جوان تعریف دیگر گونه و ناسالمی از عشق و رابطه عاطفی در حال شکل‌گیری است. تعریف رایج از عشق، مساوی تاباید با هم بودن و به هر قیمتی در رابطه باقی ماندن است اما این تعریف درواقع نوعی جاذبه‌انگاری از پایان رابطه است. فرد، هویت خود را وابسته به یک رابطه می‌داند و مفاهیم مرتبط با عشق سالم شامل همدلی، پذیرفتن نگاه دیگری، احترام گذاشتن، برآورده کردن نیازهای ضروری یکدیگر و تعامل برابر، جای خود را به سازه‌های نمادین داده‌اند؛ تو چقدر برای من هدیه گرفتی؟ چه کار متفاوتی برای من انجام دادی؟ بعد از پایان رابطه چقدر به هم ریختی و چقدر به خودت آسیب زدی؟ سوال مهمی که افراد باید از خودشان بپرسند این است که کسی که خودش را دوست نداشته باشد و خودش در صلح نباشد، چطور می‌تواند دیگری را دوست داشته باشد؟

🔗 در مواجهه با پدیده مورد بحث چه کار باید کرد؟

ما اگر به‌عنوان ناظر بیرونی با این رفتار مواجه می‌شویم، بهتر است با لایک و تأیید نکردن، این پدیده را تقویت نکنیم و اگر کسانی که چنین رفتاری از آن‌ها سر زده از نزدیکان ما هستند، بهتر است به روان‌شناس ارجاع داده شوند تا دید متفاوتی به رابطه پیدا کنند و بدانند که می‌شود با دیگری در ارتباط بود و رفتارهای آسیب‌رسان نداشت. البته فاکتور سن هم خیلی مهم است. برای بعضی‌ها اساساً ارتباط داشتن مشکل دار است. در همه دنیا روی این موضوع تأکید می‌شود که در برقراری ارتباط جدی عاطفی باید سن مشخصی وجود داشته باشد. حالا اگر فرض ما بر این بود که سن مجاز برای

برقراری ارتباط عاطفی رعایت شده است و فرد آمادگی اولیه را دارد، ارجاع دادن او به روان‌شناس می‌تواند کمک کند تا دیدگاه سالمی از ارتباط شکل بدهد و به خودش و دیگران آسیبی نزند. یکی از رفتارهای رایج در برخورد با چنین پدیده‌هایی، مخالفت و سرزنش شدید است. هر نوع مخالفت و موافقت شدید، باعث قطعی‌سازی می‌شود و قطعی کردن فضا کمکی به حل مسئله نمی‌کند. ابتدا باید پدیده را بفهمیم؛ چقدر شیوع دارد، چه عواملی با آن مرتبط است و چه شخصیت‌هایی بیشتر دست به چنین رفتارهایی می‌زنند؟ بعد از فهمیدن مسئله و ایجاد آگاهی وسیع درباره آن، خود به خود درصد زیادی از بروز این رفتارها کاهش پیدا می‌کند.

