

نوروسایکولوژی عشق

دکتر علیرضا بخشایش*، ساجده رضایی صدرآبادی**، الهام انتظاری***

خلاصه

عشق چیست؟ آیا شکل شدیدتری از دوست داشتن است؟ با این که شعرا، فلاسفه و روان‌شناسان اجتماعی دیدگاه‌های متفاوتی را درباره عشق مطرح کرده‌اند، چنین می‌نماید که عشق پدیده‌ای نسبتاً پیچیده و چند وجهی است که افراد آن را در انواع روابط بسیار گسترده‌ای تجربه می‌کنند. با توجه به این نکته، جنبه‌های فیزیولوژیک در عشق از اهمیت فزاینده‌ای برخوردار است. پژوهش‌ها نشان می‌دهند عشق به عنوان پدیده‌ای اجتماعی در مغز واکنش‌هایی ایجاد می‌کند. به نظر می‌رسد همین برانگیختگی فیزیولوژیکی است که می‌تواند احساس عشق را در افراد به وجود آورد.

با توجه به اهمیت و نقش احساسات و علایق مفرط (عشق)، بررسی ساز و کار و فرایندهای مؤثر در ایجاد و شکل‌گیری عشق واجد اهمیت است.

مطالعات اسکن‌های مغز نشان می‌دهند مراکز نظیر: کرتکس (با کاهش یافتن قدرت تعقل و استدلال)، سیستم لیمبیک (با ارایه پاداش به فرد) و سینگولیت (با کارکردهایی در زمینه افزایش تمرکز به معشوق) در عشق دخالت دارند. همچنین به هنگام عشق جریان خون مغزی در برخی از نقاط مغز افزایش می‌یابد و فعالیت نوروترنسمیترهایی نظیر دوپامین در مراحل اولیه عشق‌های رمانتیک تا حدی بالا می‌رود و توازن شیمیایی بدن به هم می‌ریزد و در اینجا است که امید و اشتیاق و یا خشم و افسردگی را تجربه می‌کنیم. بر همین اساس در این پژوهش، ساز و کارهای عمده فیزیولوژیکی در احساس عشق مورد بررسی قرار می‌گیرند.

واژه‌های کلیدی: نوروسایکولوژی، عشق، مغز، دوپامین.

* استادیار گروه روان‌شناسی و علوم تربیتی دانشگاه یزد

** کارشناس روان‌شناسی

*** کارشناس روان‌شناسی

مقدمه

آنچه تاکنون علوم تجربی در باب عشق^۱ به دست داده‌اند آن چنان اندک است که انسان حیرت می‌کند. به ویژه سکوت روان‌شناسان عجیب به نظر می‌رسد (مزلو^۲، ۱۳۶۷). اما در این میان تلاش عده‌ای از روان‌شناسان اجتماعی باعث ایجاد رویکردهای گوناگونی در طبقه‌بندی و توصیف عشق شد (ارونسون^۳، ۱۳۸۴). در اینجا یادآور می‌شویم هیچ شرحی و هیچ بیانی نمی‌تواند هرگز کیفیت غنی تجربه عشق را برای کسی که آن را هیچ‌گاه احساس نکرده است، بیان کند. این کیفیت عمدتاً احساسی از علاقه مندی، مهربانی و لطف است همراه با خوشی، شادی، رضایت، سرافرازی عظیم و حتی وجد به هنگام تجربه این احساس (مزلو، ۱۳۶۷).

بشر همیشه به دنبال پاسخ به این سؤال‌ها بوده است: عشق چیست؟ علاقه در کجا وجود دارد؟ آیا عشق یک پدیده شناختی یا زیست‌شناختی است؟ یا هر دو؟ (هیت^۴، ۲۰۰۰). نظرات متفاوتی در پاسخ به این سؤال‌ها وجود دارند. برخی عشق را به عنوان یک پدیده جالب و استثنایی تحت تأثیر فعالیت و تحریکات مغزی می‌دانند (کروک^۵، ۲۰۰۸). به عبارت دیگر، مغز در عشق به صورت قدرتمندی درگیر است (پارکرپوپ^۶، ۲۰۰۷). هر چند عده‌ای دیگر از بعد متفاوتی به عشق نگاه کرده و معتقدند دل‌بستگی عاطفی نقشی مرکزی در تکامل اجتماعی بازی می‌کند (رایمند ترور^۷، ۲۰۰۲). با این حال، مغز به صورت یک راز باقی مانده و کنش آن در عشق هنوز ناشناخته است (هیت، ۲۰۰۰).

هلن فیشر انسان‌شناس دانشگاه نیوجرسی برخی از پژوهش‌های مربوط به عشق در مغز را هدایت می‌کند. او معتقد است هر چیزی که در مغز به عنوان عشق رمانتیک^۸ اتفاق می‌افتد بر اساس پایه‌های شیمیایی مغز است (پارکرپوپ، ۲۰۰۷). شروع این فعالیت شیمیایی با نگاه سوزان آغاز می‌شود (فیشر، ۲۰۰۴). وی همچنین می‌گوید: زمانی که فرد عشق را تجربه

^۱ Love

^۲ Maslow

^۳ Aronson

^۴ Hyatt

^۵ Crock

^۶ Parker - Pope

^۷ Raymond Trevor

^۸ Romantic love

می‌کند، احساس ریسک بزرگی کرده و در دردی بزرگ قرار می‌گیرد که به صورت وسواس‌گونه دربارهٔ محبوب فکر کرده و سعی در کنترل علاقه‌اش دارد. در این زمان فرد با فعالیت شناختی‌اش عمل نمی‌کند (پارکرپوپ، ۲۰۰۷).

تاکنون تبیین‌های زیادی در جهت یافته‌های فیشر انجام شده است. پژوهش کروک (۲۰۰۸) نکات مهمی را بیان می‌کند: آنها برای بررسی مغز افراد عاشق از اسکن‌های مغزی استفاده کردند (پارکرپوپ، ۲۰۰۷) فیشر، آرون و براون^۱ (۲۰۰۶) نیز در آزمایش‌های مشابه از MRI استفاده کردند. عکس‌هایی از معشوق به افرادی که در مراحل اولیهٔ شیمیایی بودند، داده شد و به آن‌ها گفته شد که دربارهٔ معشوقشان فکر کنند. از لحاظ شیمیایی در نواحی خاصی از مغز ترشح دوپامین شدت گرفت. به نظر می‌رسد که دوپامین یک احساس توانایی قوی ایجاد می‌کند و از لحاظ عملکرد همانند کوکائین و آمفتامین است.

پژوهش فیلیپس و سینگر^۲ (۲۰۰۳) نشان می‌دهد عشق سائقی شبیه گرسنگی و تشنگی است. چیزی که مزلو نیز در سلسله مراتب نیازهای خویش آن را تأیید می‌کند (کریمی، ۱۳۸۴). مغز انسان به گونه‌ای طراحی شده که در تعقیب پاداش‌های لذت‌بخش است و در تمرکز بر دست‌یابی به عشق، برانگیخته می‌شود (فیشر، آرون و براون، ۲۰۰۶). در این زمان بغل کردن، لمس کردن، بوسیدن و با مهربانی حرف زدن، احساس‌های جادویی را به فرد انتقال می‌دهد (هیت، ۲۰۰۰) و شما شگفت‌زده می‌شوید که چگونه دو فرد متفاوت، تدابیر شریک دیگر را تفسیر می‌کنند (کروک، ۲۰۰۸). در حالی که احساس اهمیت، تعهد، علاقه، راست‌گویی و احترام در عشق آن دو نقش مهمی ایفا می‌کند (هلم، ۲۰۰۹).

هر چند افزایش دوپامین در عشق اثبات شده است (رگالادو^۳، ۲۰۰۰) اما نباید نقش برخی قسمت‌های مغز را در عشق نادیده گرفت. به عنوان مثال کرتکس مکانی است که در آن اطلاعات ذخیره و تصمیم‌های عقلانی اتخاذ می‌شود (کروک، ۲۰۰۸). این منطقه در عشق کاهش فعالیت داشته و به صورت اختصاصی‌تر نیز کاهش استدلال در کرتکس پیش‌پیشانی دیده می‌شود (تریفین و ایگلسون، ۲۰۰۸). بخش دیگری که با عشق ارتباط دارد کرتکس حدقه‌ای - پیشانی است که با رفتار وسواس‌گونه ارتباط دارد (فیشر، آرون و براون، ۲۰۰۶).

^۱ Fisher, Aron & Brown

^۲ Philips & Singer

^۳ Regalado

عشق، بین گرسنگی و اختلال وسواس فکری - عملی قرار دارد (فیلیپس و سینگر، ۲۰۰۳). فرد عاشق به صورت وسواس گونه ساعت‌ها به معشوق خود فکر می‌کند و بر هر چیزی از او تمرکز می‌کند (کروک، ۲۰۰۸). این تمرکز تنها در معشوق است و بر سایر امور کم می‌شود. فرماندهی این کنش تحت رهبری سینگولیت است (ترفین و ایگلسون، ۲۰۰۸). اسکن‌های مغز افراد عاشق بسیار شبیه به افراد مبتلا به OCD است. این موضوع در پژوهش‌های متفاوت از سوی پارکرپوب (۲۰۰۷)، فیشر، آرون و براون (۲۰۰۶)، فیلیپس و سینگر (۲۰۰۳) و کارترین^۱ (۱۹۹۹) تأیید شده است.

بخش دیگری که در عشق فعالیت دارد سیستم لیمبیک است که در بین عصب‌شناسان به عنوان سیستم پاداش‌دهنده مطرح است. کانستانتینو^۲ (۲۰۰۱) می‌نویسد: سیستم لیمبیک بیشترین تأثیر را در عشق دارد که بر پاسخ‌های فیزیولوژیک پایه مانند ضربان قلب فرد عاشق اثر دارد. فیشر (۲۰۰۴) عنوان می‌کند: در نتیجه توجه به محبوب لیمبیک فعال شده و به فرد پاداش می‌دهد. از مسایل جانبی قابل اهمیت در عشق نقش هسته دم‌دار^۳ است که در ارتباط با مغز میانی است (فیشر، آرون و براون، ۲۰۰۶). این مرکز به هنگام نگاه کردن به معشوق فعال می‌شود (فیشر، ۲۰۰۴). اما پژوهشگران نشان داده‌اند زمانی که فرد در عشق شکست می‌خورد، سرخورده و افسرده به کناری رفته و دچار مشکلات سلامتی می‌شود، مراکز کنترل خشم و مراکز درد، فعال می‌شوند (پارکرپوب، ۲۰۰۷).

بحث و نتیجه‌گیری

در هر سنت و عرفی، کندوکاو در مسأله عشق مشکل و غیر عادی می‌نماید، و در سنت و عرف علمی چند برابر. برای انسان رسیدن به کمال بدون عشق ورزیدن امکان‌پذیر نیست. هر کس در آرزوی عشق ورزیدن و مورد عشق‌ورزی واقع شدن است که در فرهنگ‌های مختلف از ارزش‌های متفاوتی برخوردار است.

نیاز به محبت و عشق، احساسات و هیجان‌هایی در وجود انسان به وجود می‌آورد که فرد به عنوان یک نیاز زیستی - اجتماعی، درصدد رفع آن است. در این‌که انسان بتواند خود را در کانون هستی دیگری درک و تجربه کند، مبارزه دایمی در زندگی است. جریانی که باید رشد و حرکت کند.

^۱ Kathryn

^۲ Constantino

^۳ Caudate nucleus

اشتیاق در رابطه دو نفره نه تنها روان‌شناختی است بلکه با فعالیت‌های مغز در ارتباط است. با این استدلال که مغز منشأ عشق است سازوکارهای زیست‌شناختی مغز در عشق می‌توانند افراد را زمانی خشنود و زمانی ناخشنود گردانند که این خود بستگی به خاطرات تجربه‌شده افراد دارد. نکته جالب این است که راه‌اندازی کنش برخی از مناطق مغز در عشق احساسی شبیه به مصرف شکلات در فرد به وجود می‌آورد. یافته‌ها نشان می‌دهند کنش مغز در افراد عاشق به این صورت است: کاهش استدلال در کرتکس پیش‌پیشانی، تمرکز به عشق در کرتکس حلقه‌ای - پیشانی و سینگولیت، فعال شدن سیستم لیمبیک و نهایتاً افزایش ترشح دوپامین. عشق هنری است همراه لذت‌ها و پاداش‌ها، و موجب گسترش شخصیت هر دو شریک می‌گردد. عشق مؤثرترین و تعالی‌بخش‌ترین احساس در وجود انسانی است.

منابع

- ارونسون، الیوت. (۱۳۸۴). روان‌شناسی اجتماعی. ترجمه حسین شکرکن، تهران: انتشارات رشد.
- کریمی، یوسف. (۱۳۸۴). روان‌شناسی شخصیت. تهران: مؤسسه نشر ویرایش.
- مزلو، ابراهام. (۱۳۶۷). روان‌شناسی عشق ورزیدن (روان‌شناسی شخصیت سالم). ترجمه شیوا رویگردان. تهران: انتشارات وحید.
- Constantino, J.N. (۲۰۰۱). A general theory of love. *The American Journal of Psychiatry*, ۱۵۸(۱۲): ۲۱۰۱ - ۷.
- Crook. (۲۰۰۸). Marriage of the minds. *Prevention*, ۶۰ (۴): ۱۳۲ - ۳.
- Fisher, H. (۲۰۰۴). Your brain in love. *Time*. ۱۶۳ (۳): ۸۰.
- Fisher, H., Aron, A., & Brown, L. (۲۰۰۶). Romantic love: A mammalian brain system for mate choice. *Philosophical Transactions of the Royal Biological Sciences*, ۳۶۱ (۱۴۷۶): ۲۱۷۳ - ۸۶.
- Helm, B.W. (۲۰۰۹). Love, identification, and the emotions. *American Philosophical Quarterly*, ۴۶ (۱): ۳۹.
- Kathryn. (۱۹۹۹). Love sick. *New Scientist*, ۱۶۳(۲۱۹۷): ۴۲ - ۳.
- Parker - Pope, T. (۲۰۰۷). Is it love or mental illness? Thy' re closer than you think. *Wall Street Journal*, (eastern edition): D.۱.

- Phillips, H., & Singer, E. (۲۰۰۳). Hungry for love. *New Scientist*, ۱۸۰ (۲۴۲۲):۱۸۰.
- Raymond Trevor, B. (۲۰۰۲). Love and power and the development of the brain, and agency. World Futures. *The Journal of General Evolution*, ۵۸ (۲/۳):۱۷۳ – ۱۱.
- Regalado, A. (۲۰۰۰). Researchers looking for love in all of the brain's right places. Wall Street Journal, (eastern edition):B.۲.
- Triffin, M., & Eagleson, H. (۲۰۰۸). Why love can make you crazy. *Cosmopolitan*, ۲۴۴(۱):۱۴۶.

Archive of SID