

مقدمه به جای خلاصه

دکتر اصلا ن ضرابی از جمله روان پزشکان نام آشنای و شناخته و جوینده‌ای است که روان شناسان در فعالیت‌های علمی خویش از همراهی و همفکری‌اش بهره برده‌اند. او بی ریا و بی دریغ هیچ گاه در زمینه‌های ارتباطی علمی مضایقه نداشته است. این همراهی به ویژه در مقایسه با برخی سخت‌یابی‌ها و نایابی‌های بعضی دیگر بسیار مغتنم بوده است. دکتر ضرابی در چهار سمپوزیوم برگزار شده نوروپسیکولوژی به سال‌های ۱۳۶۴، ۱۳۸۱، ۱۳۸۶، و ۱۳۸۸ حضور مؤثر داشته و سخن گفته است. در سمپوزیوم سوم از این استاد گران قدر تقدیری به توان مجموعه و نه درخور وی به عمل آمد. دکتر ضرابی در هنگام برگزاری سمپوزیوم چهارم ناخوش احوال بودند اما در جلسه‌ها حضور یافتند. برغم بیماری از تکاپو باز نایستاده و به ایراد سخنرانی مبادرت نمودند. هم خود به نگرش آن سخنان ابتکار کرده و هم به دست و پای خود با مشقت و دشواری بسیاری مقاله را به دبیرخانه سمپوزیوم تحویل دادند. نگرش دو رویه و در پشت و روی صفحه ای بزرگ با نایکنواختی‌های بسیار آدمی را به یاد نوشته‌های روی زورق‌های سیگار در شرایط سخت می‌اندازد، و این خود یادگار پرقدری است از کوشندگی کوشنده‌ای نستوه که نگاهش می‌داریم. همکارانم به رنج و لذتی پارادوکسیکال مختصری از آن بسیار را به سامان رساندند و به مقاله‌ای کوتاه تبدیل کردند. من نیز از این رنج و لذت دوسوگرایانه که در آن سهم بودم سنتزی معنوی نصیب بردم. امید که سلامتیش را باز یابد و ما نیز به ادب تسلیم و تمکین درخور او از مشرب قسمت گله مند نخواهیم بود.

عواطف، هیجان، شناخت و رفتار

واژه‌های عاطفه و هیجان اغلب به جای یکدیگر به کار می‌روند. اما عده‌ای عاطفه را کلی تر و با دوام بیشتر تعریف می‌کنند که احساسات، نگرش‌ها، ارزیابی‌ها و هیجان و خلق را در بر می‌گیرد و هیجان را احساس نسبتاً شدیدتر و با دوام کمتر می‌دانند. در واقع هیجان و عاطفه

* عضو ممتاز کالج روان‌پزشکان انگلستان، مدیر گروه علوم اعصاب دانشگاه بهزیستی و توان بخشی

یکی هستند و فقط بر اساس شدت و ضعف و کلی و اختصاصی بودن می‌توان بین آنها تمایز گذاشت. عاطفه به دامنه‌ای از حالت‌هایی مثل عشق، ترس و خشم اطلاق می‌شود. عاطفه دارای ابعاد فیزیولوژیک، رفتاری و احساس و ابراز چهره‌ای است. در واقع عاطفه پاسخی ذهنی (احساسات)^۱ است که معمولاً باعث تغییرات فیزیولوژیک و در نهایت موجب رفتار می‌شود. مثلاً فرد پس از ارزیابی موقعیت احساس غمگینی می‌کند و به موازات این احساس علائم فیزیولوژیکی افزایش تنفس، افزایش ترشحات بزاق و عرق ظاهر شده و فرد رفتار گریه را نشان می‌دهد و یا مثلاً فردی پس از مشاهده احتمال تصادف اتومبیل دچار برانگیختگی فیزیولوژیک و تنش عضلانی می‌شود و پاسخ اجتنابی محکم گرفتن خود و یا بالا بردن دست‌ها را نشان می‌دهد. پاورز همگام با سایر نظریه پردازان اخیر در حوزه شناخت و هیجان معتقد است شناخت بدون عاطفه معنا ندارد و مغز انسان پس از مواجهه با پدیده‌های جدید، تحت تأثیر شناخت‌ها، بازنمایی‌ها و عواطف قبلی دست به ارزیابی می‌زند و درباره آن موقعیت تفسیری شناختی و عاطفی می‌سازد. مغز انسان حتی در مورد کلمه‌ها هم تفسیرهای عاطفی دارد و افراد تحت تأثیر عواطف و شناخت‌های قبلی شان به کلمه‌ها بار معنایی و عاطفی می‌دهند. مثلاً کلمه **heart** در زبان انگلیسی هم به معنای قلب و هم حصار و آغل گوسفندان است. وقتی فردی با این کلمه مواجه می‌شود با توجه به کلمه‌های پس و پیش معنای کلمه را فراخوانی می‌کند و این معنا کاملاً با عواطف وی همسو و منطبق است. گاهی اتفاق می‌افتد که افراد با وجود فراموش کردن پدیده‌ها و رخدادها و فراموشی معنای شناختی آنها، همچنان حافظه عاطفی شان فعال می‌ماند. مثلاً ممکن است فردی کاملاً حادثه تصادفش در یک مکان به خصوصی را فراموش کند اما تا سالیان طولانی همچنان از آن مکان متنفر باشد. در این مورد حافظه شناختی از بین رفته است اما حافظه عاطفی همچنان زنده است. یا مثلاً یک بیمار آلزایمری ممکن است گاهی اوقات چهره مادرش را نشناسد اما انتقال امواج الکتریکی پوست وی در موقع مشاهده مادر، دچار تغییر می‌شود یعنی وی هنوز از نظر عاطفی مادر را می‌شناسد.

رابطه متقابل بین شناخت و عاطفه و رفتار و نقش عواطف در شناخت‌ها، در امر آموزش و پرورش و فرزند پروری هم تلویحات زیادی دارد. مثلاً این امر نشان می‌دهد که والدین و معلم‌ها باید به جای تأکید صرف بر مطالعه کتاب‌های درسی و یا انجام رفتاری خاص، برای

^۱ feeling

ایجاد علاقه مندی در کودک نسبت به مطالعه و فواید و اهمیت آن و یا انجام رفتاری مناسب تلاش کنند. ایجاد علاقه در کودک نسبت به موضوع مورد نظر شرط اول برای شروع یادگیری است و بدون آن تأکید بر مطالعه و یا انجام رفتار سودمندی چندانی نخواهد داشت. همه ما بارها شنیده‌ایم و خودمان تجربه کرده‌ایم که دوست داشتن یک معلم باعث علاقه مندی ما به درسی خاص شده است. شناخت یک فعالیت روانی است که به وسیله آن افراد اطلاعات را کسب و پردازش می‌کنند و شامل کارکردهای ادراک، یادگیری، حافظه، استدلال و تفکر است. اخیراً پردازش‌های عاطفی و تصمیم‌گیری‌های اخلاقی هم به مفهوم شناخت اضافه شده‌اند. در بحث شناخت اجتماعی و قضاوت اجتماعی هم عواطف نقش مهمی ایفا می‌کنند. برای مثال ما ایرانی‌ها، ایتالیایی‌ها را افرادی بدجنس و حقه باز و تبهکار می‌شناسیم^۱. این شناختی است که از کودکی در ما ایجاد شده است و کاملاً در حافظه عاطفی ما ایرانیان ذخیره شده است. با این حال وقتی با تک تک ایرانی‌ها دربارهٔ باورشان نسبت به ایتالیایی‌ها صحبت می‌کنیم آنها می‌توانند استدلال کنند که در ایتالیا هم مثل تمام کشورهای دنیا، افراد با خصوصیات خوب و بد وجود دارند اما یک باور جمعی در ما شکل گرفته است که مردمان ایتالیا، چنین و چنانند. یا مثلاً وقتی یک فرد اسرائیلی تحصیل کرده در پشت تانک می‌نشیند و در تخریب خانه‌های فلسطینی‌ها شرکت می‌کند، رفتار وی نتیجهٔ شناخت‌ها و عواطف او است که از کودکی در وی شکل گرفته و او فلسطینی‌ها را دشمن خود می‌داند و معتقد است که برای زندگی کردن او، فلسطینی‌ها باید از بین بروند. در حالی که شاید اگر با وی شروع به بحث کنیم، خود او نیز اذعان داشته باشد که فلسطینی‌ها هم قومی هستند که باید در کشورشان زندگی کنند. وقتی فرد با یک محرک برای اولین بار مواجه می‌شود بدون برانگیختگی، آن محرک را حس می‌کند، با ادامهٔ این تحریک فرد با اطلاعات مشترک و اجتماعی بازنمایی ذهنی می‌کند و به مرور نسبت به آن اطلاعات انگیزه و قصدمندی پیدا می‌کند و دست به رفتار می‌زند. شواهد به دست آمده از مغز انسان نشان می‌دهد که مناطق و سیستم‌های مغزی مربوط به پردازش عاطفی و شناختی و پردازش اجتماعی مشابه هستند و در هر دو پردازش، قسمت‌های شکمی لب پیشانی و اینسولای سمت راست و مناطق آمیگدالا فعال می‌شوند.

^۱ نقل و مضمونی است که دکتر ضرابی معتقدند و ما تغییر و تعدیلی در واژه‌های به کار رفته از سوی ایشان داده‌ایم.

اطلاعات پس از دریافت حسّی ابتدا به تلاموس می‌روند. در تلاموس مغز بر اساس حافظه قبلی فرد اطلاعات را بازنمایی و یا نماگزینی می‌کند. سپس اطلاعات به آمیگدال می‌روند. آمیگدال منطقه‌ای است که مسؤول پاسخ دهی سریع و اغلب غیرمنطقی است. بعد اطلاعات به قشر شکمی پیش‌پیشانی مغز می‌روند و در آنجا فرد درباره خوب یا بد بودن رخداد یا محرک بیرونی به ارزیابی دست می‌زند. این مراحل باعث فعال شدن عواطف می‌شوند و با تحریک احساسات، عضلات اسکلتی و احساسی تغییر یافته و سیستم خودکار فعال می‌شود و فرد مبادرت به رفتار می‌کند.

امروزه سیاستمداران، دولتمردان و سایر افراد فعال در حوزه تصمیم‌سازی، از رسانه‌های عمومی و جمعی به عنوان ابزاری مهم در ایجاد و تغییر شناخت‌ها و عواطف مخاطبان خود استفاده می‌کنند. برای مثال رسانه‌های آمریکا به صورت مداوم این باور را که یهودی‌ها حق دارند در سرزمین فلسطین مستقر شوند، با شیوه‌های رسانه‌ای تبدیل به یک باور کلیشه‌ای در مردم آمریکا کرده‌اند. آنها به راحتی با حذف واقعیت‌های غیر منطبق با این باور، تفسیر شناختی و عاطفی مورد نظرشان را در مردم آمریکا ایجاد کرده‌اند، در حالی که درباره حق سرخپوستان آمریکایی برای داشتن زندگی مستقل در آمریکا از استدلال منطقی سرباز می‌زنند.

در این رابطه اخیراً بحث شناخت‌های سرد و شناخت‌های گرم مطرح شده است. شناخت‌های سرد به دانش افراد درباره موضوع‌ها و واقعیت‌ها و شناخت‌های گرم به ارزیابی افراد درباره واقعیت‌ها اشاره دارد. مثلاً این عبارت که پاریس پایتخت فرانسه است یک شناخت سرد است که درباره یک واقعیت صحبت می‌کند. اما این عبارت که من پاریس را دوست دارم اشاره به شناخت گرم دارد که در آن نسبت به یک واقعیت، ارزیابی شناختی و عاطفی صورت گرفته است. شناخت‌های سرد هیجان‌ها یا عواطفی را در افراد برنمی‌انگیزد اما اگر شناخت فرد نسبت به موضوعی به اندازه کافی گرم باشد، حتی بعیدترین احتمال هم می‌تواند هیجان‌های فرد را تحریک کند. چیزی که در اختلال‌های وسواس و فوبیا به خوبی مشاهده می‌شود.