



روانشناسی جراحی بینی
دکتر بابک وزیری

دییاجه

روان‌شناسی جراحی زیبایی

از زمانی که تاریخ مکتوب شده چه به صورت نوشتاری، یا نقش‌های به جا مانده و داستان‌ها و روایت‌هایی که سینه به سینه نقل شده، انسان به دنبال زیبایی بوده است.

در هر زمان انسان‌ها با توجه به موقعیت جغرافیایی و ارزش‌های قومی و قبیله‌ای و فرهنگ و سنت آن جامعه، ابزارها و راهکارهای مختلفی را برای دستیابی به زیبایی مورد استفاده قرار داده‌اند.

پس زیبایی یک امر نسبی است و برای مردان و زنان نیز تفاوتی ندارد. در شرایط کنونی با پیشرفت علم پزشکی و ابزارها و تجهیزات مربوط به آن، جراحی پلاستیک برای ترمیم ضایعات مختلف جایگاه خود را پیدا کرده است و به تدریج به سمت و سوی جراحی برای زیباتر کردن اجزای بدن کشیده شده و اکنون هدف دیگر سالم‌سازی و درمان نیست بلکه زیباتر ساختن است و چنانچه مطابق

سلیقه یا الگوهای ذهنی یا مقایسه‌ای مراجعه‌کننده عمل
زیبایی انجام نشود از نظر او عمل موفقیت‌آمیز تلقی
نمی‌شود.

بخش اول

جراحان پلاستیک از نظر عملکرد به جز مهارت باید از قدرت خلاقیت بالایی برخوردار باشند به دلیل اینکه جراحی برای زیبایی است و مهارت‌های پزشکی عامل موفقیت است و قدرت زیبایی‌شناسی در آن بسیار اهمیت دارد پس جراح پلاستیک را می‌توان یک پزشک هنرمند دانست.

روانشناس در کنار جراح پلاستیک

درصد بالایی از مراجعه‌کنندگان پس از انجام عمل زیبایی برای ترمیم مجدداً مراجعه می‌کنند چرا که آنها انتظاراتی را که در تصور خود داشته‌اند به دست نیاورده و احساس پشیمانی می‌کنند و این مساله به این مفهوم نیست که عمل زیبایی ناموفق بوده بلکه انتظارات مراجعه‌کننده بیش از حد انتظار بوده است. حضور مشاور یا روان‌شناس و نیاز به مداخله او در تصمیم‌گیری برای عمل زیبایی، کمک می‌کند تا مراجعه‌کننده واقع‌بینانه‌تر تصمیم بگیرد و نسبت به عمل خود از هرگونه خیال‌پردازی و احساس نامطلوب دوری کند.

پرسش‌نامه جراحی پلاستیک

بیشتر افرادی که تن به عمل جراحی زیبایی می‌دهند دارای یک شعار واحد هستند؛ از وضع موجود به وضعیت مطلوب. اگر شخصی از نظر منطقی و آگاهی شرایط بعد از عمل را بداند، می‌تواند با احساس خود مناسب‌تر برخورد کند. مثلاً یک پرسش‌نامه کاربردی و پر کردن آن با سوالات مشابه زیر مطمئناً آثار منفی این احساس را تغییر خواهد داد:

«چرا می‌خواهم عمل زیبایی انجام دهم؟ چه کسانی مرا تشویق به این کار کرده‌اند؟ چه کسانی مرا از انجام این عمل باز می‌دارند؟ اگر این عمل انجام شود چه چیزی به دست خواهم آورد؟ اگر این عمل انجام نشود چه مشکلی پیدا می‌شود؟ چه کسانی بعد از عمل به اهداف خود رسیده‌اند و آن اهداف کدامند؟ چه افرادی به اهداف خود نرسیده و شکست خورده‌اند؟ می‌خواهید بعد از عمل زیبایی مثل چه کسی شوید؟» و سوال‌های دیگر که در ذهن مراجعه‌کننده زوایای تاریک تصوراتش را روشن می‌کند.

از نظر روان‌شناختی در اعمال جراحی زیبایی سه وجه مدنظر است، پیش از عمل که طرح درمان مشهور شده، در طول درمان و احیای بیمار و پس از انجام عمل جراحی که نیازمند آماده‌سازی بسترهای فکری خود و اطرافیان وی است. انتقال درک ایجاد ارزش افزوده برای فردی که عمل جراحی روی وی انجام شده بسیار حایز اهمیت است.

بخش دوم

زیبایی درونی رضایت پایدار می‌دهد

خلاصه زیباتر شدن امروز بین افراد فراگیر شده است و با انتخاب نوع پوشش، آرایش مو و استفاده از زیورآلات و اتومبیل‌های گران‌قیمت و عمل‌های زیبایی سعی در جلب توجه دیگران از طریق زیباتر جلوه کردن دارند. اگر زیبایی بیرونی با احساس زیبا بودن درونی همراه شود می‌تواند در شخص تعادل روانی به وجود آورد. در غیر این صورت هرگز به زیبایی‌های بیرونی خود اعتقاد پیدا نمی‌کنیم و آنکه به چیزی تظاهر کند از درون از کمبود آن رنج می‌برد.

کمال‌گرایی و جراحی زیبایی

به دلیل کمال‌گرایی، انسان همیشه در جست‌وجوی کسب زیبایی‌ها بوده است. به همین دلیل همیشه در جست‌وجوی راه‌هایی برای دستیابی به زیبایی و عرضه آن است. راه‌های گوناگونی برای زیباسازی ظاهر و جلوه دادن آن پیدا شده است. از جمله به کارگیری روش‌های جراحی یا استفاده از

پروته‌های مختلف و ژل‌ها که در سال‌های اخیر بسیار مرسوم شده است.

از دیدگاه روان‌شناختی یکی از دلایل توجه و به کارگیری این ابزار و لوازم سعی در گریز از پیری و ارائه جلوه جوانی است. دلیل دیگر بحران‌های روانی با دیدگاه‌هایی مانند «من چاق شده‌ام؟» «من پیر شده‌ام؟» یا «صورت من چین و چروک پیدا کرده» و دلایل دیگری از این دست مربوط است.

به دلایل یادشده و درخواست برای زیباتر ماندن یا زیباتر شدن، به اقتصادی بودن آن هم اندیشیده می‌شود. به کارگیری ژل‌های غیراستاندارد (قطعا ارزان‌تر) یا استفاده از افراد غیرمتخصص با دستمزد کمتر یکی از راهکارها برای این‌گونه افراد است. هدف این افراد از روش‌های تهاجمی مانند به کارگیری ژل افزایش اعتمادبه‌نفس و جلوه بیشتر در اجتماع است. این امر تنها به شرطی میسر خواهد بود که با نظر روان‌شناس انجام شود. در غیر این صورت پس از به کارگیری این روش‌ها افراد پس از طی دوره کوتاهی یا به نقایص دیگر در چهره خود پی می‌برند یا از عملکرد خود پشیمان می‌گردند.

بخش سوم

از نظر آماری تکرار اقدامات زیبایی در حال افزایش است. پیشنهاد می‌شود در کنار گروه‌های جراحی پلاستیک از متخصصان مشاوره استفاده شود. در غیر این صورت نتیجه موردنظر بیمار و متخصصان درمانی حاصل نخواهد شد. این‌گونه افراد همیشه از خود باید بپرسند، چرا می‌خواهند خود را به دست این‌گونه اقدامات بسپارند؟ و نتیجه حاصل شده چه تغییراتی در زندگی و سلامت جسم و روان آنها دارد.

نگاه دوم: تاثیر ظاهر ما بر قضاوت دیگران

ظاهر، ابتدایی‌ترین معیاری است که برای ما شناخته شده و آشکار است و هیچ‌کس نمی‌تواند اثر آن را کتمان کند، خصوصا در اولین برخورد آنچنان مهم است که تاثیر زیادی در تصمیم‌گیری‌هایمان دارد زیرا مغز انسان عادت دارد ظاهر خوب و مناسب را به تمام ویژگی‌ها و خصوصیات فرد تعمیم دهد. یعنی اگر در اولین برخورد از ظاهر فردی خوشمان بیاید به احتمال زیاد این زیبایی ظاهری را به اخلاق و

خصوصیات دیگر فرد نیز تعمیم می‌دهیم و با خود می‌گوییم قطعاً اخلاق این فرد نیز مانند ظاهرش زیباست.

مفهوم هاله جذابیت نیز در این خصوص مطرح می‌شود. به این معنی که به انسان‌های خوش‌چهره صفات خوب نسبت داده می‌شود و رفتارهای آنها خوب تعبیر می‌شود. هاله جذابیت این مضمون را دارد که هر چه زیباست پس خوب است. ظاهر اشخاص و میزان جذابیت صورتشان می‌تواند روی جنبه‌های مختلف شخصیتی، شغلی و زندگی اجتماعی آنها تاثیر قابل‌ملاحظه‌ای بگذارد. تحقیقات نشان می‌دهد که ظاهر، تاثیر قابل‌ملاحظه‌ای روی کیفیت زندگی افراد دارد. ظاهر و شکل صورت به خصوص در اولین مراحل آشنایی غالباً نقش عمده‌ای روی شکل‌گیری برداشت افراد از یکدیگر دارد.

بخش چهارم

مردم نسبت به افراد دارای صورت‌های جذاب برداشت‌های مثبت‌تر و رفتار بهتری دارند. با این حال از کودکی به ما گفته شده که هیچ‌وقت با دیدن ظاهر در مورد محتوای مساله‌ای قضاوت نکنیم. یاد گرفته‌ایم که زیبایی بسیار عمیق‌تر از آن چیزی است که در ظاهر فرد نمایان است. در حقیقت قضاوت در مورد شخصیت و ویژگی افراد بر اساس ظاهر صورت آنها با فرهنگ ما تناقض دارد.

با این حال تحقیقات نشان داده که ظاهر به طور اجتناب‌ناپذیر و غیرقابل‌انکاری روی نگاه افراد و نحوه برخورد با آنها در مسایل اجتماعی تاثیر می‌گذارد. از طرفی ظاهر، قسمت اعظمی از ارتباطات غیرکلامی ما را شکل می‌دهد. طرز قرار گرفتن، راه رفتن، ایستادن، حرکات، چهره و چشم‌ها، لحن صدا، طرز لباس پوشیدن و... همگی نشانه‌های ارتباطات غیرکلامی هستند.

اهمیت ارتباطات غیرکلامی آنقدر بالاست که 70 درصد ارتباط را اجزای غیرکلامی آن شکل می‌دهد که 55 درصد آن متعلق به ظاهر و حرکات بدنی است. بنابراین افراد در نخستین ملاقات با دیدن نشانه‌های غیرکلامی در مورد شخصیت شما قضاوت می‌کنند. اصولاً در مراودات اجتماعی بیشتر بر نشانه‌های غیرکلامی اعتماد می‌کنند تا بر نشانه‌های کلامی. بسیاری بر این باورند که همواره ارتباطات غیرکلامی بر ارتباطات کلامی از نظر صحیح بودن ارجحیت دارد.

چرا که علامت‌های غیرکلامی از درون انسان نشأت می‌گیرد و اغلب نمی‌توان آنها را کنترل کرد و اکثر انسان‌ها از مهار کردن هیجانات خود عاجزند. پس توجه به اصول زیبایی‌شناسی مانند هارمونی و رنگ در کنار مشخصات فیزیکی مانند شکل، قد، رنگ پوست و مصنوعات مانند لباس، لوازم آرایشی و... می‌توانند بر برداشت اول انسان‌ها از ما تاثیر بگذارند. علاوه بر این تغییر در ظاهر نیز پیام‌های بسیاری را منتقل می‌کند. به عنوان نمونه داشتن مردمک‌های گشاد به عنوان «توجه و دقت» تفسیر می‌شود یا لبخند دلالت بر حالات مورد قبول اجتماع مانند مهربانی و... دارد.

حتما شنیده‌اید که می‌گویند زیبایی به سیرت آدمی است نه به صورت... حال اینکه اکثر ما وقتی می‌خواهیم چیزی را عوض کنیم یا به اصطلاح زیبایش بکنیم می‌رویم سراغ صورت، خوب پس تکلیف سیرت چه می‌شود...

سیرت یا رفتار ما چقدر زیبا و جذاب است و به اصطلاح روان‌شناسان چقدر از لحاظ روانی سالم هستیم یا سعی می‌کنیم سالم رفتار کنیم؟ حالا کسی در صف اتوبوس یا در یک میهمانی که اصلا کسی را نمی‌شناسیم از دماغ ما خوشش بیاید یا نیاید چه اتفاق مهمی خواهد افتاد، ولی وقتی حس خوبی را با رفتار لیپوساکشن شده یا رفتار جراحی شده به دیگری منتقل کنیم، هم‌خودمان خوشحال هستیم و هم از لحاظ روانی تا چند ساعت شارژ و خوشخو خواهیم بود... ولی با قیافه گرفتن به خاطر دماغ عمل‌شده حس خوبی به دیگران منتقل نکرده‌ایم و شاید حس حسادت یا تمسخر دیگران را به جان خریده‌ایم.

ساده‌تر بگوییم! افرادی ظاهرا "برایمان جذاب هستند که حس معنوی خوبی را به دیگران منتقل می‌کنند، یعنی یک بعد انسانی قوی و مثبت را منعکس می‌کنند... و اما نتیجه‌گیری: به جای چند میلیون تومان خرج کردن و کج و

کوله کردن صورتمان و تحمل درد جراحی روی حساس‌ترین قسمت صورت، بیاییم توجهی هم به سیرت یا رفتارمان داشته باشیم و آن را کمی دستکاری کنیم و مطمئن باشیم در هر جمعی و در هر محیطی ما را دوست خواهند داشت.

بخش پنجم

البته منکر بعضی از جراحی‌ها نمی‌شویم که از نظر طبیی موردنیاز است.

ولی به کسانی که به خاطر پذیرفته شدن در اجتماع یا حال گیری دوستان و فامیل اقدام به جراحی زیبایی می‌کنند، توصیه می‌کنم فکر و دیدگاهتان به زندگی را جراحی کنید، نه هزینه‌ای دارد و نه درد و رنجی....

بر اساس آمارهای موجود اعمال جراحی بینی در دنیا رو به کاهش و در عوض سایر جراحی‌های که برای جوان سازی فرد صورت می‌گیرد رو به افزایش است ولی ایران هنوز بیشترین متقاضی اعمال جراحی را داراست .

درصد بالایی از تقاضای جراحی زیبایی در ایران از سوی دختران است به طوری که 95 درصد از متقاضیان را زنان و دختران 14 تا 45 سال برای جراحی بینی و اندام و 5 درصد را مردان برای انجام جراحی بینی و کاشت مو تشکیل می‌دهند.

در دنیای کنونی روندی در حال وقوع است که هیچ کشوری از آن مصون نیست، روند کالایی شدن و جز به جز شدن زیبایی. اگر در گذشته زیبایی افراد به عنوان یک کلیت در نظر گرفته می شد، امروزه در حال تجزیه و تفکیک شدن است و هریک از اجزای بدن در دنیای رسانه مورد تاکید خاصی قرار گرفته است و مدهایی برای آن به وجود می آید که حتی در جراحی های زیبایی مورد استفاده قرار می گیرند.

از سویی مد ها و مدل ها در حال تغییر و غربی شدن است. به عنوان مثال در گذشته چاق بودن سمبل زیبایی بود اما امروزه باری بودن - لاغر اندام بودن - نشانه ی زیبایی است. بینی بزرگ روزی نشان اقتدار بود ولی امروزه اسباب سرافکندگیست.

رتبه جهانی

در آماری که در سال 2010 به عمل آمد: از نظر تعداد جراحی زیبایی بینی، ایران رتبه اول را در جهان به خود اختصاص داده است. بر اساس آمار های موجود اعمال جراحی بینی در دنیا رو به کاهش و در عوض سایر جراحی هایی که به منظور جوان سازی افراد صورت می گیرد رو به افزایش است، با این وجود ایران هنوز بیشترین متقاضی جراحی زیبایی بینی را در جهان داراست.

برخی معتقدند به علت نوع پوشش زنان ایرانی که به چهره افراد نمود بیشتری بخشیده است سبب شده زنان ایرانی روی چهره خود حساس شده و همین امر می تواند یکی از دلایل بالا رفتن آمار جراحی های زیبایی بر روی صورت در ایران باشد. از نظر روانشناسی

روانشناسان معتقدند که گسترش نامطلوب جراحی های زیبایی در یک جامعه متأثر از انگیزه های شناختی و عاطفی افراد آن است , بطوریکه نیازهای عاطفی جوانان به ویژه نیاز به مورد توجه قرارگرفتن به وسیله جامعه از انگیزه های اصلی کسب زیبایی تصنعی است. از طرفی گروه های مرجع نتوانستند جوانان را در شناخت هویت خود یاری کنند. به این ترتیب ظاهری ترین لایه هویت هر فرد چنان برجسته می شود که دیگر ابعاد وجودیش را به حاشیه می راند.

از نظر روانشناسی تیپ کمال گرا مربوط به افرادی است که تمایل دارند تمامی کارهای خود را به بهترین وجه انجام دهند , اما معمولاً نتایج امور برایشان رضایت بخش نیست . این خصیصه در مواردی تشدید و به شکل بیمارگونه به وسواس فکری تبدیل می شود. در این حالت تصویری که این افراد از خود دارند نامطلوب تر از تصویر واقعیشان است

از نظر روانشناسان افراد مضطرب , افسرده و گروه هایی که از اختلالات مزمن رنج می برند , کاندید های مناسبی

برای اعمال جراحی زیبایی نیستند ، در صورتی که پزشکان جراح بدون توجه به وضعیت روانی بیمار ، جراحی رینوپلاستیک انجام می دهند ولی به دلیل شرایط روانی بیمار با نارضایتی او پس از عمل روبرو می شوند .

افسردگی و یاس پس از عمل جراحی زیبایی - بینی - از پیامد های روانی در افراد دچار وسواس فکری است . به عقیده پزشکان عمل جراحی زیبایی - بینی - در صورتی که جان بیمار در معرض خطر نباشد به هیچ وجه یک عمل اورژانسی به حساب نمی آید ، بلکه باید زمانی انجام شود که فرد علاوه بر دارا بودن از آمادگی جسمانی از آمادگی روانی مطلوب نیز برخوردار باشد.

از نظر شخصیتی اغلب افرادی که جراحی زیبایی - بینی - انجام میدهند ویژگی های وسواسی بارزی دارند و در درجه دوم ، افراد دارای شخصیت خود شیفته که کمالگرایی آنها متمرکز به خود و با هدف افزایش جذابیت است ، تن به این اعمال جراحی می دهند.

از نظر روان شناسی، این گونه افراد تمایل دارند اعمال جراحی به طور کامل و به بهترین وجه انجام گرفته شود .

هم اکنون ایران از جمله کشورهایی است بیشترین عمل جراحی پلاستیک در آن انجام می شود از این رو نمی توان به جراحی بینی در کشور به عنوان یک مسئله پزشکی نگاه

کرد چرا که این جراحی با بقیه جراحی ها فرق کرده و به یک مسئله اجتماعی تبدیل شده است .

مسئله جراحی بینی تفاوت بسیار عمده ای با دیگر جراحی ها دارد و در حال حاضر به علت انجام مکرر آن در کشور تقریباً افرادی که بدون اطلاع کافی خود را متخصص در این زمینه می بینند ، بسیار افزایش یافته است.

رویکرد اطلاع رسانی به مردم در زمینه عمل جراحی پلاستیک باید تغییر کند و اطلاعات دقیق در اختیار بیماران قرار گیرد. عمل جراحی پلاستیک بینی از آن دسته از جراحی هایی است که در صورتی که با بررسی دقیق و کامل انجام شود عمل موفقیت آمیز خواهد بود .

عمل جراحی پلاستیک بینی به هیچ عنوان یک عمل جراحی اورژانسی به حساب نمی آید، بلکه این جراحی باید زمانی انجام شود که فرد غیر از آمادگی جسمی از آمادگی روانی نیز برخوردار باشد.

افراد و شخصیت های کمال گرا بیشترین متقاضیان اعمال جراحی زیبایی بینی هستند که بخش عمده ای از نارضایتی پس از عمل جراحی مربوط به این افراد است. وی ادامه داد: "مراقبت های بعد از عمل"، "مشکلات بعد از عمل و کیس های پیچیده" و حفظ عملکرد دینامیک بینی سه میزگرد این همایش هستند و همچنین بخشی از پرتزهای سنتیک ، پروتزهای که در کشورهای مختلف چه از نظر تبلیغات و چه

از نظر جنبه علمی مورد استفاده است ، به صورت گفت و
گو در این سمپوزیوم رایج می شود.

بخش ششم

آیا برای اعمال جراحی زیبایی - بینی - نیاز به مشاوره روانپزشک است ؟

بله .

به طور قطع باید پیش از اقدام به اینگونه اعمال جراحی از مشاوره یک روانپزشک یا روانشناس بهره گرفت. زیرا اینگونه افراد قبل از عمل در ارتباط بین فردی دچار مشکل هستند , اغلب گوشه گیر و افسرده هستند و نسبت به ناراحتی های خود بینش و بصیرت کافی ندارند.

این افراد ناراحتی خود را به اشتباه به ظاهر خود نسبت می دهند و با تن دادن به اعمال جراحی زیبایی به از بین بردن آن مشکل اقدام می کنند. از نظر شخصیتی اغلب افرادی که جراحی زیبایی - بینی - انجام میدهند ویژگی های وسواسی بارزی دارند و در درجه دوم , افراد دارای شخصیت خود

شیفته که کمالگرایی آنها متمرکز به خود و با هدف افزایش جذابیت است، تن به این اعمال جراحی می دهند.

آیا عمل جراحی زیبایی - بینی - واقعا به افزایش اعتماد به نفس کمک می کند؟

در بعضی افراد که بینی بسیار بزرگ و نا موزون دارند، عمل جراحی زیبایی - بینی - ممکن است بتواند به افزایش اعتماد به نفس فرد کمک کند. هر چند که این افراد نیز در معرض نارضایتی بعد از عمل قرار دارند.

ولی تقریبا در بیشتر افراد نتیجه مطلوب پس از عمل جراحی به بار نمی آید. به جرات می توان گفت که بیش از نیمی از افراد که از نتیجه عمل جراحی خود ناراضی اند به شدت از روابط اجتماعی دوری می جویند و در نتیجه عملکرد اجتماعی و شغلی آنان با اختلالات چشم گیری روبرو می شود. عمل های شایع

برخلاف بسیاری از کشورهای دنیا جراحی پلاستیک بینی شایع ترین عمل زیبایی در ایران است. بعد از آن، حذف چین و چروک صورت رتبه دوم را داراست.

بخش هفتم

آیا عمل جراحی زیبایی - بینی - واقعا به افزایش اعتماد به نفس کمک می کند ؟

در بعضی افراد که بینی بسیار بزرگ و نا موزون دارند , عمل جراحی زیبایی - بینی - ممکن است بتواند به افزایش اعتماد به نفس فرد کمک کند . هر چند که این افراد نیز در معرض نارضایتی بعد از عمل قرار دارند.

ولی تقریبا در بیشتر افراد نتیجه مطلوب پس از عمل جراحی به بار نمی آید. به جرات می توان گفت که بیش از نیمی از افراد که از نتیجه عمل جراحی خود ناراضی اند به شدت از روابط اجتماعی دوری می جویند و در نتیجه عملکرد اجتماعی و شغلی آنان با اختلالات چشم گیری روبرو می شود.

اثر جراحی پلاستیک بر عزت نفس

نه تنها هنر روانشناسی تصویر ذهنی به اثبات رسیده بلکه توانسته به تبیین بسیاری از پدیده های مدتها از پیش شناخته شده و درست درک نگردیده کمک کند. از جمله امروزه مدارک بالینی بی شک و شبهه ای در زمینه های روانشناسی فردی، روانپزشکی و روانشناسی صنعتی، دال بر وجود شخصیت های موفقیت طلب، شخصیت های شکست طلب، شخصیت های مستعد خوشبختی، شخصیت های مستعد بدبختی، شخصیت های مستعد سلامت، شخصیت های مستعد بیماری، در اختیار داریم. روانشناسی تصویر ذهنی در این زمینه ها و بسیاری از حقایق مشهود زندگی بینش تازه ای می آفریند. در زمینه ی قدرت تفکر مثبت بصیرت تازه ای ایجاد می کند و مهمتر از آن توضیح می دهد که چرا در برخی از افراد صادق است و در مورد برخی دیگر صدق نمی کند. تفکر مثبت به خصوص وقتی که با تصویر ذهنی خود سازگار باشد، به راستی که اعجاز میکند، اما در صورت نا سازگاری، مادام که تصویر ذهنی تغییر نکرده، کارگر نمی افتد. تغییر تصویر ذهنی

تغییر تصویر ذهنی، در هر جهت که باشد، در جهت بهتر شدن یا بدتر شدن، تنها ناشی از خرد، یا ناشی از دانش خردمند نیست، حاصل تجربه کردن است. خواه ناخواه، تصویر ذهنی، حاصل تجربه های خلاق گذشته است. به همین طریق هم می توانید آنرا تغییر دهید. این کودک نیست که به او درس عشق می دهند، اما کودکی که عشق را

تجربه کرده، تبدیل به یک بالغ سالم، شادمان و سازگار می شود. میزان اعتماد به نفس یا بی تکلیفی امروز ما، حاصل " تجربه ای " است که کرده ایم، حاصل یادگیری اندیشمندانه نیست.

درک روانشناسی " خویش " می تواند جای موفقیت و شکست، عشق و تنفر، تلخ کامی و شادکامی را با هم عوض کند. با کشف خویش حقیقی می توان ازدواج متزلزلی را نجات داد، می توان به زندگی از هم پاشیده ای استحکام بخشید و قربانیان " شکست شخصیت " را مسخ و متحول کرد. در زمینه ای دیگر خویش واقعی را که پیدا کردید، تفاوت میان آزادی و اجبار برابری را درک می کنید.

آیا جراحی پلاستیک به بهتر شدن عزت نفس کمک می کند؟ در ظاهر اینطور به نظر می رسد که رابطه ای میان جراحی و روانشناسی وجود نداشته باشد، اما تغییرات چشمگیری که در کنش و شخصیت شخصی که عیبی از صورتش برداشته می شود این مسأله را در ذهن روانشناسان و جراحان پلاستیک به وجود آورد که جراحی پلاستیک تأثیر به سزا و ماندگاری در جنبه های مختلف شخصیت انسان می گذارد. به نظر می رسد که تغییر تصویر ذهنی در بسیاری از موارد، شخصیت کاملاً جدیدی می آفریند. اغلب چاقوی جراحی در دست فرد جراح عصای جادویی بود که نه تنها قیافه ی بیمار را تغییر می داد، بلکه

زندگی او را هم متحول کرد. جراحی زیبایی ممکن است فایده های بسیاری داشته باشد که بارزترین آن بهتر کردن فیزیکی است که ایرادی دارد، ولی ظاهر فیزیکی ما عمیقاً از افکا درونی، احساسات، فهم، اهداف و تمایلات ما سرچشمه می گیرد. در زندگی روزمره ی ما از محل کار تا فعالیت های اجتماعی دیگر، ما مایلیم بدنمان زیبا به نظر بیاید نه تنها از نظر حفظ سلامتی بلکه به لحاظ ظاهری نیز زیبا به نظر بیاید.

ما متناسب با اتفاقات لباس می پوشیم، موها و ناخن هایمان را درست می کنیم و آرایش می کنیم و از عطر و ادکلن استفاده می کنیم. ما تلاش می کنیم نه تنها خودمان را به صورت قابل قبولی نمایش دهیم بلکه ظاهر بیرونیمان به گونه ای باشد که احساس غرور کنیم. ما به دنبال احترام برای بدنمان هستیم و مازاد بر احتیاجمان می خواهیم زیبا و جذاب باشیم. وقتی هیچ کدام از این کارها را نمی کنیم ممکن است، شلخته، بی انگیزه و کمتر قادر باشیم تا وظایفمان را انجام دهیم.

وقتی به طور کامل با بدنمان راحت نیستیم، سطح اعتماد به نفس پایین می آید. تأثیر جراحی زیبایی برای خیلی ها را می توان با کاهش وزن مقایسه کرد. کسانی که سعی کرده اند و چند پوندی وزن کم کرده اند پیشرفت هایی مثل احساس جوانی دوباره، جذابیت و اعتماد به نفس بیشتری دارند، زیرا

که دیدن تغییرات فیزیکی می تواند خیلی تحسین بر انگیز باشد. بعد از عمل جراحی زیبایی تغییرات فیزیکی که رخ می دهد می تواند امیدبخش باشد. برای مثال در برخی از بیمارانی که با لیپو ساکشن (liposuction) لاغر شده اند، پیشرفت های واقعی را می بینند و امیدوارند که به مرحله ی بعدی بروند و در واقع به دنبال این هستند که جرأت تازه ای بیابند تا وزن بیشتری کم کنند. برای زنانی که همیشه نسبت به سینه هایشان کم رو هستند، بزرگ کردن یا کوچک کردن آنها می تواند کمکشان کند تا تصویر جدیدی از خود داشته باشند و اعتماد به نفس بیشتری از طریق جنس مخالف به دست می آورند، و جرأت می یابند تا لباس های باب میل تری بپوشند. بیمارانی که جوانسازی صورت انجام می دهند، مثل کشیدن پوست صورت یا پلک ممکن است احساس اعتماد به نفس بیشتری در کار و موقعیت های اجتماعی کنند و در واقع ممکن است جسماً فعال تر شوند زیرا احساس می کنند جوان تر هستند.

زیبایی چیزی بیشتر از پوست است، برای بسیاری از جراحان زیبایی هر رویه فرصتی است تا به بیماران کمک کنند تا زیبایی واقعی شان را آزاد سازند.

کسانی که سال هاست با ظاهرشان احساس راحتی نمی کنند، به دنبال این هستند که ظاهرشان را تازه سازند و خودشان

را دوباره بسازند و کار جراحان نه تنها ساخته ی نتایج خوشایند زیبایی شناختی است بلکه به وجود آوردن نتایجی است که باعث شود بیمار از لحاظ شخصیتی و فکری برجسته و تک به نظر بیاید. اما شخصیت بسیاری از کسانی که پس از عمل جراحی صورت های تازه ای پیدا کرده اند تغییر نکرده است. درباره ی اینها چه می توان گفت؟ یا چگونه می توان واکنش آن دسته از مردمی را که اصرار دارند جراحی هیچ تغییری در صورتشان نداده، توصیف کرد؟ هر جراح پلاستیک این را تجربه کرده. قیافه ای را به کلی تغییر می دهد و با این حال بیمار می گوید: "همان قیافه ی قبلی را دارم، کاری برایم نکردید." گاه دوستان و حتی اقوامشان آنها را به جای نمی آورند، چه بسا شیفته ی زیبایی تازه به دست آمده ی آنها می شوند، و با این حال خود بیمار اصرار دارد که تغییر نکرده، قیافه اش بهتر نشده و اگر هم شده جزیی بوده است. گاهی اصلاً منکر می شوند که اصولاً تغییری کرده اند. مقایسه ی عکس های قبل و بعد از عمل جراحی هم کمک زیاد ی نمی کند و چه بسا که ناراحت ترشان هم می کند. بیمار در اثر یک نیروی غریب ذهنی می گوید: البته که خال گوشتی دیگر روی بینی ام وجود ندارد اما بینی ام تغییری نکرده است، همان است که بود "و یا" ممکن است جراحی دیده نشود، ولی وجود دارد."

در مطالعه ای که توسط مرکز تحقیقات اجتماعی نروژ در سال 2007 صورت گرفت، بررسی شد که آیا جراحی زیبایی تأثیری روی تصویر بدنی فرد، عزت نفس و یا مشکلات روانشناختی دارد یا نه؟! پرسشنامه ای در اختیار 155 زن قبل از عمل زیبایی و 6 ماه پس از عمل زیبایی شان قرار دادند. این پرسشنامه، عزت نفس، **body image** و مشکلات روانشناختی را اندازه گیری می کرد. نتایج این پرسشنامه قبل و بعد از عمل جراحی با هم مقایسه شد هم چنین با نتایج آزمون 838 زن نروژی که هیچ تجربه ی جراحی زیبایی نداشتند نیز مقایسه شد.

نتایج آزمایشات به این صورت بود که هیچ تفاوتی بین بیماران قبل از عمل جراحی و گروه مقایسه و جود نداشت در حالیکه تفاوت **body image** و عزت نفس بین گروه نمونه گزارش شد. تحلیل نتایج بعدها پیشرفت در **body image** (رضایت از ظاهر خود) بعد از عمل جراحی را نشان می داد. تأثیر کوچک ولی معناداری هم روی عزت نفس مشاهده شد ولی سطح مشکلات روانشناختی بعد از عمل هیچ تغییری نیافت.

این مطالعه شواهدی از پیشرفت در رضایت از ظاهر خود بعد از عمل جراحی نشان داد، متغیری که تصور می شد نقش اصلی را در ادراک بعد از عمل جراحی بارز می کند. هم چنین این مطالعه بیان کرد که جراحان باید از نقش

مشکلات روان شناختی آگاه باشند زیرا که این مسائل می توانند تأثیر مثبت عمل زیبایی را از بین ببرند.

بخش هشتم

روانشناسی زیبایی در ذهن

زخم های غرور آفرین:

هم چنین در بررسی تصویر ذهنی معلوم شد که همه ی جراحات ها یا بدشکل شدن ها اسباب خجالت و سرافکندگی نیست. در آلمان بسیاری از دانشجویان که به خاطر زخم شمشیری که به صورت دارند درست به همان اندازه ای که یک آمریکایی مدال افتخارا می گیرد، به خود می بالند. این دوئل کننده ها برگزیدگان جامعه ی دانشگاهی بودند و زخمی که روی صورت داشتند موقعیت ممتازشان را حکایت می کرد. برای این جوان ها، داشتنت اثر زخم روی صورت، همان اثر روانی برداشتن زخم از روی گونه ی فروشنده ی بیمار را داشت. در نیواورلئان هم شخصی، به خاطر آنکه یک چشمش را از دست داده بود و چشم بند می زد مباحثات می کرد. پس می توان نتیجه گرفت که چاقو به خودی خود قدرت جادویی ندارد. بر صورتی زخم می زند و از چهره ای زخم بر می دارد و با این حال اثر روانی مشابهی ایجاد می کند.

توهم زشتی: برای معیوبی مادرزاد یا کسی که زیبایی صورتش در اثر حادثه ای از بین رفته، جراحی پلاستیک راستی که معجزه می کند. اگر به استناد این موارد صحبت کنیم، به راحتی می توان نتیجه بگیریم که شفافبخش تمامی اختلالات روانی، ناخشنودی، ناکامی ترس، اضطراب و نبود اعتماد به نفس، جراحی پلاستیک تمام عیار، که کلیه ی عیوب بدن را از میان بر می دارد. اما اگر این طور باشد، همه ی اشخاصی که قیافه ی طبیعی و مقبول دارند، باید از هر نوع اختلال روانی مبرا باشند. باید شاداب، خوشحال و متکی به نفس و عاری از هر گونه اضطراب و نگرانی باشند. اما خیلی خوب می دانیم که این طور نیست. و در عین حال با این طرز تلقی چگونه می توان رفتار کسانی را توضیح داد که به جراح پلاستیک رجوع می کنند و می خواهند زشتی 100% خیالی شان را با عمل جراحی معالجه کنند. با خانم های سی و پنج ساله ای برخورد می کنیم شاکی هستند که پیر نشان می دهند و حال آنکه قیافه شان کاملاً طبیعی است و چه بسا که از جذابیت فوق العاده هم برخوردارند.

دختران جوانی را می بینیم که چون اندازه ی دهان، بینی یا دور سینه شان با ملکه ی زیبایی تازه برگزیده ی سینما مطابقت ندارد خود را زشت می پندارند. مردهایی پیدا می شوند که خیال می کنند گوش هایشان بیش از اندازه بزرگ یا بینی شان بیش از حد دراز است. هیچ جراح پلاستیک

معتقد به اخلاقیات حتی به فکر عمل جراحی روی این افراد نمی افتد، اما متأسفانه بعضی از پزشکان زیبایی که هیچ انجمنی عضویشان را نمی پذیرد، از این کارها زیاد می کنند.

"توهم زشتی" بسیار شایع است. تحقیق اخیری که روی دانشجویان انجام شده نشان می دهد که 90 درصد دانشجویان به نحوی از انحاء از قیافه شان راضی نبوده اند، اگر کلمات (طبیعی) یا (متوسط) معنایی داشته باشد مسلم است که 90 درصد جمعیت ما نمی تواند قیافه ی (غیر طبیعی) یا (متفاوت) یا (معیوب) داشته باشد. با این حال پژوهش های مشابه نشان داده اند که تقریباً 90 درصد جمعیت ما به دلیلی از شکل بدنی خود خجالت می کشند.

این افراد چنان واکنش نشان می دهند که گویی قیافه ی به واقع زشتی دارند. مانند زشت ها خجالت می کشند و دچار اضطراب و دلواپسی می شوند. توانایی زندگی واقعی را در معرض موانع روانی از دست می دهند. (جراحت هاشان)، هر چند ذهنی و احساسی و نه جسمانی اسباب ضعف آنها را فراهم می کنند. ایران شمار اول جراحی های زیبایی جهان را دارد. از سویی دیگر تقاضا برای جراحی زیبایی بینی در مقام اول، اندام مقام دوم و حذف چین و چروک صورت در مقام سوم جراحی های زیبایی قرار دارد.

بعضی از افراد می گویند: در ایران علت استقبال از این عمل این است که از لحاظ ژنتیکی و نژادی ایرانی ها بینی های بزرگ و نوک تیز دارند که این امر موجب استقبال از این عمل می شود.

حدود 75 درصد متقاضیان جراحی زیبایی مشکل اعتماد به نفس دارند. براساس مطالعات روانشناختی، 80 درصد از زنان و 60 درصد از مردان تمایل به انجام عمل های جراحی دارند که تنها حدود 10 درصد آنها از چهره ی جدید خود راضی هستند و و کار 50 درصد آنها به عمل دوباره می کشد.

70 درصد جراحی های زیبایی عمل بینی است ، عمل زیبایی بینی به نوعی مشکل ترین عمل جراحی زیبایی و بحث انگیزترین عمل است زیرا دقت پزشک جراح در این عمل بسیار مهم است.

بخش پایانی

تصویر ذهنی مخرج مشترک و یا به عبارتی، تعیین کننده ی تمامی نمونه های نا کامی و موفقیت هاست. برای زندگی حقیقی، یعنی برای رسیدن به زندگی منطقاً رضایت بخش، محتاج یک تصویر ذهنی واقع بینانه و شایسته هستید و باید بتوانید با آن زندگی کنید. باید از خویش خود راضی باشید. اعتماد و حرمت نفس مناسبی نیز دارید. محتاج خویشی هستید که بتوانید که بتوانید به آن اعتماد و اطمینان کنید. باید خویشی داشته باشید که اسباب خجالت شما نباشد باید بتوانید آزادانه، آنرا به طور خلاق به کار گیرید. به خویشی احتیاج دارید که با واقعیت، مطابقت داشته باشد، تا بتوانید به طور مؤثر در دنیای حقیقی زندگی کنید، باید خود را بشناسید. از نقاط قوت و ضعف خود آگاه باشید. در هر دو مورد با خود صادقانه برخورد کنید. تصویر ذهنی شما باید حدود منطقی شما باشد نه بیش از آنچه هستید و نه کمتر از آن.

وقتی این تصویر ذهنی بی عیب و مطمئن باشد، احساس خوشی می کنید و وقتی به خطر افتاد احساس دلواپسی و نا امنی به شما دست می دهد. اگر تصویر ذهنی مایه ی

خجالتتان باشد پنهانش می کنید. خلاقیت متوقف می شود، آدم نجسبی می شوید، و با شما کنار آمدن دشوار می شود.

اگر جراحی روی صورت تصویر ذهنی را بهتر کند (مانند مورد دوئل کننده ی آلمانی) احترام و اعتماد به نفس بیشتر می شود. اگر جراحی روی صورت به خواری تصویر ذهنی منجر شود کاهش احترام و اعتماد به نفس به دنبال می آید.

وقتی از شکل افتادگی چهره با عمل جراحی پلاستیک اصلاح می شود، تنها در صورتی تغییرات شدید روانی به دنبال می آید که به همین اندازه تصویر ذهنی معیوب اصلاح گردد. گاه، تصویر خویش بد شکل، حتی پس از عمل جراحی باقی می ماند. همان طور که امکان دارد عضوی از بدن را قطع کنند و بیمار مدتها در توهم داشتن آن عضو قطع شده احساس درد کند.

دکتر بابک وزیری

dbvaziry@gmail.com

