

رنجِ بودنِ با دیگری

خودیاری طرحواره‌درمانی رابطه‌عاطفی

تألیف

دکتر محمد فغان پور گنجی

سوپروایزر و طرحواره‌درمانگر مورد تأیید ISST
(Certified Supervisor & Schema Therapist of ISST)



فهرست مطالب

۷	مقدمه.....
۱۱	بخش اول: مرحله انتخاب رابطه عاطفی.....
۱۲	فصل اول: طیف عشق «جذابیت جنسی، رومانیتیک، عشق».....
۲۱	فصل دوم: جذابیت طرحواره‌ای.....
۶۲	فصل سوم: بستن چمدان روابط گذشته.....
۶۶	فصل چهارم: انتخاب سالم.....
۷۳	بخش دوم: مرحله امتداد رابطه عاطفی.....
۷۴	فصل پنجم: گرداب آرزو.....
۷۶	فصل ششم: پادشاه بدون تخت.....
۸۵	فصل هفتم: چهره آشنا (عربانی روانی، صمیمیت).....
۹۰	فصل هشتم: سه «خ» خرابکار.....
۹۵	فصل نهم: «خ» اول «خیانت».....
۱۰۳	فصل دهم: «خ» دوم «خماری».....
۱۰۷	فصل یازدهم: «خ» سوم «خشونت».....
۱۲۵	فصل دوازدهم: شفای زخم دلستگی.....
۱۴۵	بخش سوم: مرحله اختتام رابطه عاطفی.....
۱۴۶	فصل سیزدهم: اختتام آگاهانه و منصفانه.....
۱۵۰	فصل چهاردهم: دوستی بعد از ختم رابطه عاطفی ممنوع.....
۱۵۱	فصل پانزدهم: والدگری شغلی تمام عمری.....
۱۷۳	پیوست ۱: پاسخ‌نامه «پرسش‌نامه مؤلف ساخت جذابیت طرحواره‌ای».....
۱۷۴	منابع.....

بخش اول

مرحله انتخاب رابطه عاطفی



فصل اول

طیف عشق «جذائیت جنسی»، رومانتیک، عشق»

پیش از تو من عاشق نبودم. پیش از تو من قوی بودم یا شاید تصور می‌کردم که قوی هستم، قوی و بدون زخم، با صلابت، بی‌دغدغه، بی‌تفاوت، پیش از تو نه پیوستن دردناک بود و نه گسستن سوگ‌آور...!

من با تو درد کشیدم اما این درد، دردِ آسیب تو نبود، دردِ زخم‌های خودم بود. تو دست‌انم را در دست‌ان کودک زخمی‌ام گذاشتی. تو من را با ترس‌های تنهایی کودکِ رها شده‌ام آشتی دادی. تو حسرتِ آغوش گرم را برای کودکِ محروم به تصویر کشیدی. تو زخم‌های کودکِ ناقصی را فهمیدی...! ...و من عاشق شدم... عاشق کودکِ زخمی خودم! او را در آغوش کشیدم. دیگر در آن حد قوی و باصلابت و بی‌تفاوت نبودم. حال... من گاهی درد می‌کشیدم، دردی که اکنون به من نزدیک بود! دردی که اکنون در آغوشم بود. دردی که به من اصالتی از جنس انسان بودن می‌داد. دیگر من تنها نبودم، حالا من بودم و دردهایم...!

اکنون توانستم برای اولین بار از دیوار سنگی وجود باصلابت خود فراتر روم، حال که این دیوار قدرتمند بی‌تفاوتی (مرگِ عشق، بی‌تفاوتی است و نه نفرت و خشم!) فرو ریخت... من تو را دیدم، بهتر بگویم شما را دیدم، تو و کودکت... تو هم کودکی زخمی داشتی و با درد آشنا بودی... تو هم کودکت را در آغوش کشیده بودی و عاشق بودی، عاشق کودکت...!

با هم همراه شدیم. در راهی که مقصد آن نامعلوم بود. در راه... گاهی غمگین، گاهی خشمگین، گاهی پراشتیاق و گاهی خسته شدیم...

...اما صمیمیت زمانی تجربه شد که تو به ناچار گاهی کودک خود را برای چند لحظه‌ای در آغوش من قرار دادی. لحظه‌ی عجیبی بود، لحظه‌ای که من انتخاب کردم عاشق کودکِ زخمی تو باشم و بی‌تفاوت نباشم و خوشحالم که تو هم انتخاب مشابهی داشتی!

آموختم؛ عشق و صمیمیت یعنی؛ من و تو و هرکدام کودکِ آسیب‌پذیری داریم. هرکدام از ما مسئول نوازش کودکِ آسیب‌پذیر خود هستیم اما گاهی در طول سفر کودکِ آسیب‌پذیر هم‌سفرمان را در آغوش می‌گیریم و نوازش می‌دهیم و دوباره او را به خودش بازمی‌گردانیم و سفر را ادامه می‌دهیم.

آموختم؛ انتظار اینکه تو پرستار کودک زخمی من باشی، هم تو را از پا درمی آورد و هم من را با خودم غریبه می کند.

آموختم؛ عشق ورزی بدون آغوش و نوازش کودک زخمی خود امکان پذیر نیست (تا وقتی درمان نشده باشیم و کودک زخمی خود را در درمان ملاقات نکرده باشیم، سخن از عشق فقط یک بازی است).

آموختم؛ عشق ورزی یعنی؛ برای کودک خود مادری کردن و به کودک همسفر خود نوازش دادن.

آموختم؛ در سفر بسیاری از رویدادها به صورت تصادفی کودک زخمی من را آورده می کند و تو مسئول حال بد کودک من نیستی.

آموختم؛ ایجاد ظرفیت عشق ورزی غایت هر درمان است.

و من همچنان...

با تو

در کنار تو

همسفر با تو

درد می کشم

و عاشق می مانم.

اما طیف عشق را با هم بشناسیم:

برای طیف عشق چند مورد به صورت پیش فرض داریم. اولین پیش فرض این است؛ در مورد عشقی می خواهیم صحبت کنیم که عشق میان دو انسان است. یعنی؛ تعابیر فلسفی و عرفانی را کنار گذاشته و تمرکزمان بر روی عشق دو انسان خواهد بود. دوم اینکه؛ چرا می گوئیم طیف عشق؟ به این دلیل که همه انسان ها، احساس خوشایندی که شاید گاهی حس اضطراب باشد، گاهی شور و اشتیاق و برخی مواقع کشش و میل جنسی و گاهی یک تمایل و جذابیت به فرد دیگر است، در واقع تمام این موارد را با نام عشق و عاشق شدن تعبیر می کنند. شاید فردی، شخص دیگری را بزند یا بکشد و توجیه او این باشد که من عاشقش هستم و می خواستم مراقبش باشم. یا بسیاری از اوقات یک فرد، دیگری را محدود و غارت می کند و توجیه او عاشق بودن است و یا فردی در ابتدای شناخت جنسی و هیجانی خود است و با فردی دیگر تلافی می کند و آن را عشق می نامد. می خواهیم بررسی کنیم که نام واقعی این موارد چه چیزی می تواند باشد؟ تعبیر درست آنها چیست؟ آیا تمام موارد گفته شده، عشق هستند؟ آیا عاشق می تواند آسیب بزند؟ آیا کسی که عاشق است، می تواند سر ببرد؟ آیا فرد عاشق می تواند آدم بکشد؟ آیا عاشق می تواند درد و رنج بر دیگری وارد کند؟ و...

این موارد موضوعاتی هستند که می خواهیم کمی بر روی آنها تأمل کنیم. در همین راستا، به نظر من ما واژه عشق را در طیفی وسیع و گسترده داریم و در واقع در یک نقطه قرار ندارد. و اگر ما اکنون

بخواهیم واژه عمومی که همه به این احساس شیرینی درون یا جذب شدن، عشق می‌گویند را در یک طیف یا بر روی یک محور بگنجانیم، در ابتدای این محور افرادی قرار می‌گیرند که به احتمال زیاد در سنین پایین‌تری هستند؛ نوجوانانی که اشتیاق به کشف فردی دیگر را دارند. به‌عنوان مثال: پسری نوجوان اشتیاقی به کشف دختری نوجوان دارد یا یک دختر نوجوان اشتیاقی به کشف پسری نوجوان دارد و در این در جریان این اکتشاف، بیشتر به دنبال هویت‌یابی اجتماعی، جنسی و جنسیتی است تا به سؤال‌های ذهنی خود پاسخ دهد، که عبارت‌اند از: من چه کسی هستم، چه شکلی هستم؟ آیا زیبا هستم؟ نقاط قوت و ضعفم چیست؟ و... به همین دلیل در ابتدای این طیف مدلی از جذابیت یا مدلی از علاقه‌مندی داریم که معطوف به بدن است و بسیاری از اوقات معطوف به بخشی از بدن می‌شود. یعنی امکان دارد اینکه پسری نوجوان از مدل مو یا عکس یک دختر نوجوان خوشش بیاید و این موضوع، گونه‌ای کنجکاو و اشتیاق را برای او فراهم کند تا به دنبال کشف شدن برود و بخواهد خودش پاسخ‌هایی از خودش پیدا و هویت‌یابی کند. افراد در این مسیر، در ابتدای محور عشق هستند، که مؤلفه کَشش یا میل جنسی در آن زیاد است و نامش عشق نیست، بلکه جذابیت جنسی است. به عبارت دیگر؛ در این مرحله شهوت فعال و غیرفعال می‌شود، فرد در لحظه‌ای می‌بیند که به طرف مقابلش اشتیاق دارد و لحظه‌ای دیگر ندارد. رقابتی است، یعنی اینکه امروز فردی را می‌بیند و عاشقش است. فردا یک نفر دیگر را ببیند و عاشقش او شود. فردا فرد دیگری را می‌بیند و بیشتر عاشقش است. فردا نفر دیگری را دیده و عاشق آن هم می‌شود و اوج این رابطه یک ارضای جنسی یا یک کَشش جنسی خواهد بود که در آن زمان فقط به دنبال ارضا شدن است. این میل و نیاز را که یک عشق صرفاً لیبیدویی از سر لذت و لذت‌جویی است، به نام «جذابیت جنسی» یا «شهوت» می‌شناسیم. بسیاری از نوجوانان در جریان هویت‌یابی خود از این مسیر عبور، یا گرایش و اشتیاقی را به جنس مخالف احساس می‌کنند و بیشتر در این گرایش به دنبال درون‌فکنی یا فرافکنی موضوع‌ها یا ویژگی‌ها یا علاقه‌مندی‌های خود هستند و به بخش خاصی از یک فرد، به‌عنوان نمونه: مدل مو، رنگ چشم، مدل ابرو، مدل لباس و... اشتیاق نشان می‌دهند که این موارد از فردی به فرد دیگر جابه‌جا می‌شود. بیشتر نوجوانان درگیر این گونه عشق‌ها هستند که مربوط به همان هویت‌یابی یا فرایند هویت‌یابی است که بخشی از آن می‌تواند هویت‌یابی جنسی هم باشد. این مدل مؤلفه عشق فقط کَشش جنسی دارد و به آن جذابیت جنسی می‌گوییم. آیا بزرگسالان هم می‌توانند درگیر این مدل عشق باشند؟ بله برخی از بزرگسالان در سنین بالا هم هنوز در گذشته تثبیت شده‌اند و در ابتدای محور عشق و در مؤلفه کَشش یا جذابیت جنسی قرار دارند و همچنان در حال هویت‌یابی هستند که من چه کسی هستم، یا چه ویژگی‌های بارزی دارم. آنها وارد بسیاری از رابطه‌ها می‌شوند که تنها به دنبال اثبات نقاط قوت و برتری، یا قدرت، یا اثبات ویژگی خاص خود و برطرف شدن میل جنسی خودشان هستند. این یک

سر طیف عشق و در ابتدای محور عشق است و آن را عشق از نوع جذابیت جنسی می‌نامیم اما مدل دوم عشق که ما در روان‌شناسی و در طرحواره‌درمانی بیشتر به تبیین آن می‌پردازیم. در ادبیات نیز بیشتر از این نوع عشق صحبت شده است و نیز در تئاتر و سینما این نوع عشق را بیشتر دیده‌اید و در اخبار و حوادث بیشتر از این نوع عشق شنیده و دیده‌اید. این مدل عشق جلوتر از ابتدای محور عشق قرار دارد و به مدل رومانیک یا عشق رمانتیک یا عشق افسانه‌ای تعبیر می‌شود. در راستای تبیین این مدل می‌خواهم از نوعی ادبیات طرحواره‌درمانی و هم از ادبیات ایماگوتراپی وام بگیرم. نامی که خودم به این مدل داده‌ام «عشق مرزی» است، یعنی به‌گونه‌ای در این عشق نوعی ناپایداری را می‌بینیم. یک مدل اسطوره‌سازی و بت‌ساختن از طرف مقابل و در جایی از رابطه نیز، اسطوره‌سوزی و بت‌شکنی وجود دارد. در جریان آن خشم‌های انفجاری دیده می‌شود، تا حدی شاهد درگیری‌های شدید نیز هستیم. چسبندگی و تا صبح چت کردن و گاهی تا صبح، قربان‌صدقه یکدیگر رفتن و صبح احساس تنفر داشتن را می‌بینیم. سرد و گرم شدن را به صورت دائمی احساس می‌کنیم... اگر بخواهیم به طور دقیق این مدل را ببینیم، شبیه مکانیزم دونیمه‌سازی اختلال شخصیت بُردرلاین است، یعنی فرد در آن فاز رمانتیک عشق، گویی یک حالت بُردرلاین دارد، به آن «عشق بردرلاین» یا «عشق رمانتیک» می‌گوییم. اما اینکه آن به چه صورتی است، برای تبیین آن نیاز دارم اندکی به عقب برگردیم، به زمانی که درون رحم مادر بودیم، در تعبیر ایماگوتراپی به آن کمال آغازین می‌گوییم. آنجا ما شرایطی را تجربه کرده‌ایم که شبیه سلف‌سرویس بود، هر آنچه می‌خواستید فراهم و گویا یک غول‌چراغ‌جادو داشتیم که از بندناف روانی مادر، نیازها و مطالبات ما قبل از اینکه بیان شوند را برآورده می‌کرد و این دنیای کامل و بهشت‌گونه‌ای است که همه ما آن را تجربه کرده‌ایم. حتی مدتی بعد از تولد هم آن هم‌زیستی و فضای یکتا و یگانه‌ای که کودک با مادر تجربه می‌کند و احساس یکی بودن با مادر را دارد و در آن فضا هم هنوز تعبیر و ادراک ما از مادر، یک مادر ایده آل است. به عبارت دیگر؛ ما احساس می‌کنیم که یک مادر ایده آل داریم که همیشه و همواره کام‌رواساز است و این نگاه تا حدی در مغز کهن و لیمبیک سیستم و آمیگدال ما، ذخیره شده است که آن را همراه با تجربه کمال آغازین به دنیا می‌آوریم اما به تدریج هرچه بزرگ‌تر می‌شویم، این مادرکامل یا مادر ایده آل که می‌شناختیم، به آن چهره واقعی ترک‌خورده خود نزدیک‌تر می‌شود یعنی به یک مادر ناقص و ناکام‌ساز تبدیل خواهد شد. زمانی که چنین اتفاقی رخ می‌دهد، احساس می‌کنیم که آن مادر ایده آل را گم کرده‌ایم یا آن مادر ایده آل گم شده و این برای ما تبدیل به نیمه گم شده‌ای می‌شود که شاید یک عمر دنبال آن بگردیم و هرازگاهی جلوی بعضی افراد متوقف می‌شویم و احساس می‌کنیم که مجدد آن مادر ایده آل را پیدا کرده‌ایم. میزان منجمد شدن یا گره خوردن ما با دیگری به میزان نزدیک بودن آن شخص و در واقع حافظه هیجانی ما به آن اندوخته هیجانی بستگی دارد. بنابراین، امکان دارد ما شخصی را ببینیم و

احساس کنیم که ده درصد با او قلاب شده‌ایم و با شخص دیگری پنجاه درصد و فرد بعدی هشتاد، نود درصد و این میزان قلاب شدن و شدت قلاب شدن ما با دیگری، شدتی از تجربه هیجانی را برای ما زنده می‌کند، زیرا احساس می‌کنیم که دقیقاً این همان مادر گم‌شده ایده آل و همان مادر کاملی است که یک عمر آن را از دست داده بودیم. شاید برای او سوگواری نکرده‌ایم و اکنون منتظریم، همچنان در مرحله اول سوگ و در انکاریم، به همین دلیل در بسیاری از آشنایی‌ها، در جریان عشق رمانتیک، بازخوردی که به دیگری می‌دهیم این است که؛ بارها به او می‌گوییم چقدر برای ما آشناست گویی سال‌هاست که او را می‌شناسیم! سپس آشنایی‌سازی و اسطوره‌سازی بسیاری انجام می‌دهیم و می‌گوییم بدون تو می‌میرم، تو در زندگی من بسیار مهمی، هیچ‌وقت رهایم نکن. آن مادر ایده آل تفاوتی در جنسیت ندارد، چه پسر یا دختر... احساس می‌کنیم آن مادر ایده آل را پیدا کرده‌ایم. هرچه آن فرد با آن اندوخته حافظه هیجانی ما هم‌پوشانی بیشتری داشته باشد، ما آن شیدایی و جنون و آتشین بودن عشق را بیشتر تجربه می‌کنیم و وارد فازی می‌شویم که ابتدای عشق رمانتیک است و به آن فاز ماه‌عسلی می‌گویند. در فاز ماه‌عسلی هر دو نفر تلاش می‌کنیم که؛ نقش مادر ایده آل را برای یکدیگر بازی کنیم، قبل از اینکه مطالبه‌ای کند، ذهن‌خوانی کرده و مطالبه او را برطرف می‌کنیم و بسیاری از اوقات، به نفع طرف مقابل خود را قربانی کرده و نیازمان را نمی‌گوییم و اگر دردمان آمده باشد صدایش را در نمی‌آوریم. این روند ادامه پیدا می‌کند تا جایی که به‌طور قطع زخم‌های خود ما دهن باز می‌کند و می‌گوید؛ پس من چی؟! و آن‌گاه زخم‌های ما بالا می‌آید، آنجایی که زخم‌های خودمان بالا می‌آید، وارد فاز هل دادن می‌شویم. اکنون باید بگوییم هل دادن چیست؟ یعنی وارد فازی می‌شویم که همدیگر را درون نقش مادر ایده آل هل می‌دهیم، به شدت یکدیگر را در نقش مادر ایده آل هل می‌دهیم و اگر طرف مقابل نخواهد در نقش مادر ایده آل برود، به او می‌گوییم؛ تو تغییر کردی و تو آن آدمی که من می‌شناختم نیستی، من عاشق آن آدم گذشته شدم، تو آن فرد نیستی، اگر تو آن آدم گذشته شدی، من هم آن آدم قبلی می‌شوم تا وقتی می‌خواهی به این شکل باشی من دیگر نمی‌توانم با تو رابطه خوبی داشته باشم. در واقع تا آنجایی که امکان دارد همدیگر را به سمت نقطه مادر ایده آل هل می‌دهیم. این هل دادن‌ها تا جایی ادامه پیدا می‌کند یعنی تا جایی این موضوع جواب می‌دهد و دو نفر هر لحظه دیگری را هل می‌دهند، هر لحظه دلخور می‌شوند، هر لحظه می‌گویند تو عاشق خودم نشدی، تو من را نمی‌خواهی، تو اگر من را می‌خواستی آن‌قدر چک‌و‌چانه زدن برای چیست، چرا در گذشته اعتراضی نمی‌کردی... در اینجا هر دو نفر، معترض هستند و احساس ناکامی، آزار دیدن، اذیت شدن و حال بد دارند و هر دو نفر احساس می‌کنند که کلاه سرشان رفته است و می‌گویند که اصلاً تو آن فردی که من می‌شناختم با آن ویژگی‌هایی که می‌شناختم دیگر نیستی و فریبم دادی. فاز هل دادن می‌تواند زیاد و طولانی باشد. دو نفر فاز جنگیدن دارند که می‌تواند مدت طولانی هم ادامه پیدا کند و

برای اینکه بخواهند دیگری را در نقش مادر ایده آل هل دهند، هر لحظه گیس و گیس‌کشی دارند! پس از گذشت مدتی، دیگر این موضوع جواب نمی‌دهد، یعنی دو نفر از هل دادن خسته و فرسوده هستند و در اغلب مواقع به جایی می‌رسد که به آن «مرحله جدایی» می‌گوییم. بسیاری، در این مرحله جدا می‌شوند و برخی در مسیر دیگری قرار می‌گیرند که ما به آن، «مسیر عشق» می‌گوییم و اشخاص تلاش می‌کنند تا در فضایی عشق را تجربه کنند که بیشتر در فرایند درمان این اتفاق رخ می‌دهد یعنی دو نفر در فرایند زوج‌درمانی قرار می‌گیرند و احتمال دارد بتوانند عشق را بعد از آن تجربه کنند. البته برای بعضی از افراد جدایی رخ نمی‌دهد، بلکه یک فاز رابطه پنهانی وجود دارد یعنی؛ تو نتوانستی مادر ایده آلی برای من باشی. پس، من دنبال یک مادر ایده آل دیگر می‌روم که همان رابطه فرازناشویی است. رابطه پنهانی می‌گوید من تمام تلاشم را برای اینکه تو مادر ایده آلم شوی انجام دادم اما به هر دلیلی نشدی و من می‌روم سراغ یک مادر ایده آل دیگر و در نتیجه رابطه‌ای پنهانی یا یک رابطه فرازناشویی اتفاق می‌افتد. گاهی در مرحله فرازناشویی یا در مرحله‌ای که تردید در مورد جدایی دارند یا حتی بعد از جدایی و در مرحله پشیمانی، بسیاری از افراد به سمت روان‌درمانی می‌آیند که ببینند آیا درمانگر قادر است کاری انجام دهد و البته بسیاری هم نمی‌آیند و گیس و گیس‌کشی‌های آنها بیشتر شده و فضای بدی ایجاد می‌شود. بسیاری از این افراد در مرحله جدایی، جنگ دارند و امکان دارد گیس و گیس‌کشی طولانی داشته باشند. جذابیت طحاره‌ای، همین عشق رمانتیک است که در آن اندوخته حافظه هیجانی ما درون ایماگومان است و بیشتر تجربیات یا خاطرات داغی وجود دارد که در ارتباط با افراد مهم زندگی مان است و اغلب این خاطرات داغ هم خاطرات منفی هستند. خاطراتی که نیازهای ما درون آنها به اندازه کافی ارضا نشدند یعنی اندوخته حافظه هیجانی ما بیشتر از جنس طحاره‌های مان است. پس، به‌طور قطع وقتی من آن را درون اندوخته حافظه هیجانی خود دارم، سراغ کسی می‌روم که بازی را با آن بلدم یعنی دنبال فردی می‌روم که الگوی طحاره‌ایم با او تقویت شود. اگر محرومیت هیجانی دارم، در جمع آقایی را می‌بینم که بسیار جدی و مقتدر است و یک دل نه صد دل عاشقش می‌شوم. بعد از اینکه با او وارد رابطه شدم، هرچه از او نوازش می‌خواهم، می‌گوید من تاکنون از این کارها بلد نبودم و من احساس رها شدگی می‌کنم. آقا یا خانمی را می‌بینم که در روابط بسیارخون‌گرم است، با دیگران بسیار معاشرت می‌کند و من پس از شروع رابطه در جریان هر یک از معاشرتهای او، بدنم می‌لرزد که شاید این آدم سر و گوشش بجنبد و همیشه بعد از هر مهمانی دعوا است. چرا با آن شخص بسیار صمیمی شده‌ای؟ چرا با آن شخص زیاد صحبت کردی؟، چرا اصلاً رفتی کنار او نشستی، حتماً قصد و منظوری داشتی... و شریک عاطفی او می‌گوید؛ تو من را قبل انتخاب دیده بودی. من از قبل همین‌طوری گرم و صمیمی و برون‌گرا بودم. تو در ابتدا گفتی من از این ویژگی تو خوشم آمده است، او در پاسخ می‌گوید؛ من غلط کردم، یک چیزی گفتم، تو چرا به

این کار ادامه می‌دهی... در واقع در این فاز جذابیت طرحوارهای را تجربه می‌کنیم.

من طرحواره بی‌اعتمادی / بدرفتاری دارم و جذب مردانی می‌شوم که اندکی بدرفتار و اندکی بددهن باشند. سپس، بددهنی و بدرفتاری او را با خانواده‌اش می‌بینم و به خودم می‌گویم؛ لابد این کارها را برای رسیدن به من انجام می‌دهد یعنی با مادر یا پدرش برای اینکه به من برسد درگیر می‌شود، کورتکس این وقایع را به این شکل توجیه می‌کند. در واقع، نقش کورتکس توجیه‌الگوهای طرحواره‌ای ما است. سپس زمانیکه وارد رابطه شدم متوجه می‌شوم که این بدرفتاری چیزی است که این فرد بیشتر از دیگر مدل‌های رفتاری بلد است و با من نیز وارد این مدل بدرفتاری می‌شود. من هر روز درگیر این ماجرا هستم و او می‌گوید؛ مگر خودت مدل رفتار من با دیگران را قبل از ازدواج ندیده بودی؟ ندیدی که به دیگران محکم می‌توپیدم. من فکر می‌کردم تو با دیگران برای دفاع از من این کارها را می‌کنی. می‌گوید؛ خیر نه من کلاً مدلم این است. داستان جذابیت طرحواره‌ای در این الگو به روشنی دیده می‌شود و این الگو مدت زمان زیادی ادامه پیدا می‌کند. ما دو کودک آسیب‌پذیر داریم که در ارتباط با یکدیگر هستند. پس از فاز ماه‌عسلی دو فردی که هر دوی آنها احساس می‌کنند زخمی هستند، هر دو حالشان بد است. هر دو منتظر هستند تا دیگری قدمی بردارد و رابطه آنها تبدیل به دادوستد عاطفی و معامله می‌شود. می‌گویند؛ تو آنجا یک کاری بکن تا من در جای دیگر یک کار دیگری برای تو انجام دهم. همانند کودکی که می‌گوید تو بستنی ات را به من بده تا من پفکم را به تو بدهم. این به همین جا ختم نمی‌شود زیرا یک نفر می‌گوید تو اول بستنی ات بده و دیگری می‌گوید تو اول پفکت را بده و هیچ‌کدام حاضر نیستند اولین گام را بردارند و مدل رابطه، مدل دو کودک آسیب‌پذیر است که درگیر دادوستد عاطفی اند. بسیاری از ماجراهایی که شنیده‌ایم که در آن فرد مجنون می‌شود و هیچ منطقی وجود ندارد، رابطه از نوع عشق رمانتیک است. درون عشق، هم احساس هست و هم عقل. جایی که عقل نابینا می‌شود، عشق رمانتیک یا عشق افسانه‌ای و اسطوره‌ای وجود دارد. در آنجا فرد برای داشتن طرف مقابل خود حاضر است که اسید پاشد، کتک کاری کند و یا حاضر است او را در یک اتاق زندانی کند. گزاره عشق رمانتیک «من دوستت دارم برای خودم» است، چرا؟! چون «تو قرار است برای رفع نیازهای زیست نشده من باشی»، برای اینکه نیازهای من زیست بشود زیرا من عرضه زیست کردن نیازهای خودم را ندارم و اصلاً نمی‌دانم چه نیازهایی زیست نشده هستند. پس، اگر بخواهی بروی اسید می‌پاشم... اگر بخواهی بروی، برخورد شدید انجام می‌دهم یا حتی تو را می‌کشم زیرا نیازهای من مهم است. تو می‌خواهی بروی ولی من تو را برای خودم می‌خواهم. تو باید برای من در رابطه بمانی. در این نوع رابطه، نقطه ضعف تنها عشق نیست. در بسیاری از اوقات عامل کشش جنسی یا میل جنسی وجود دارد. در این رابطه تعهد مشروط وجود دارد یعنی فرد تا زمانی که نقش مادر ایده آل را برای او داشته باشی، متعهد است اما وقتی مادر ایده آل نباشی دنبال یک مادر ایده