

מה התחפושת שבחרתם אומרת עליכם? שלוש השפעות פסיכולוגיות של תחפושות

מעובד על פי אתר "מהות החיים", מרץ 2015



יש משהו בנוכחות של תחפושת או מסכה שגורם לנו לחרוג מההתנהגות היומיומית שלנו. המסתורין שאנו מאפשרים לעצמנו לעטות לפחות פעם בשנה שובר את השגרה ומעורר בקרבנו תופעות פסיכולוגיות מרתקות. מחקרים שונים ניסו להבין מה ההשפעה של לבישת תחפושת וחשפו כי מאחורי המסכות מסתתרות תובנות על נפש האדם. הנה שלוש השפעות פסיכולוגיות שכדאי להכיר לרגל חג פורים, ובכלל.

5

1. מסכה או תחפושת יכולות לגרום לאנשים לכופף נורמות חברתיות

התוצאה הבסיסית ביותר של לבישת תחפושת או מסכה היא שינוי במראה החיצוני, ויש לכך השלכות מהותיות. ההסתרה או ההסוואה של איך שאנו נראים גורמת לתופעה שנקראת דה-אינדיבידואציה, התנתקות מנטלית מהעצמי היומיומי שלנו. ואכן, גם לאנשים מבוגרים יותר יש נטייה לשבור את הנורמות המקובלות תחת תחפושת או מסכה. שני מחקרים נערכו בקרב סטודנטים: האחד בדק את הקשר בין תחפושות לבין צריכת אלכוהול וסמים, והשני בחן האם סטודנטים יסכימו להסתובב עם שלט מביך כשהם עטויי מסכה. בשני המקרים התחפושות עודדו את ההתנהגות הנבדקת - וכאשר התחפושות היו קבוצתיות, ההתנהגות הייתה חריפה עוד יותר.

10

באתר ה New York Times - מגלים כי יש גם צד שני למטבע. בשנת 2012 נערך ניסוי בקרב מתנדבים שבחן כיצד לבישת חלוק של רופא תשפיע על הישגיהם במבחני זיכרון ותשומת לב. התוצאות הראו כי כאשר הנבדקים היו משוכנעים שהחלוק שייך לרופא, הם קיבלו ציונים

15

גבוהים יותר מאשר במצב שבו נאמר להם שהחלוק היה שייך לאמן. פרופסור אדם גלינסקי, מי שכתב את המחקר, מעיד כי הוא חש את האפקט הזה אפילו על עצמו באחד מחגי ליל כל הקדושים כשהגיע מחופש להרצאה, לבוש במעיל ארוך, מגבעת ומקל: "כשנכנסתי לאולם, 'גלשתי' פנימה, הרגשתי בנוכחות שונה מאוד." המשמעות היא שלתחפושת יכולה להיות השפעה חיובית אם אנו טוענים אותה במשמעות הנכונה. אפשר לבחור להשתמש באפקט הדה-אינדיבידואציה בתבונה: להפוך את התחפושת לגורם מצמיח ומעודד שגורם לנו לאזור אומץ ולדחוף אותנו למלוא הפוטנציאל.

20

2. התחפושת שתבחרו מספרת משהו על האישיות שלכם

בני האדם מקדישים נתח גדול מהזמן ומהאנרגיה שלהם כדי לספר לעולם משהו על עצמם. יש לנו דרכים מגוונות לעשות זאת – השעון שאנו עונדים, המקומות שאנו יוצאים לבלות בהם ואפילו המוזיקה שאנו מאזינים לה. העניין הוא שלפעמים זה התת-מודע שלנו שמנסה לתקשר עם העולם, ממש כמו במקרה של תחפושות. סאלי פוסטר מאוניברסיטת מירקוסטה בקליפורניה וגיון סולר מאוניברסיטת ריידר בניו ג'רזי הם שני חוקרים שבדקו מה התחפושות שאנשים בוחרים אומרות עליהם.

25

30

לפי אחת התיאוריות הפסיכולוגיות, האישיות שלנו נעה בין שני קטבים: האני המודע שאנו מציגים לכל העולם על בסיס יומיומי, והאני הנסתר - שיכול להיות ההיפך הגמור. סולר מאמין כי התחפושות מבטאות במקרים רבים את האני הנסתר, וזה קורה בלי ידיעתנו. פוסטר אומרת כי התחפושות מאפשרות לאנשים "להתחפש למישהו שהם אוהבים ורוצים להידמות לו, או למישהו שהם שונאים ורוצים להגחיק". כלומר, בחירת התחפושת מספרת משהו על מי שהיינו רוצים להיות או על משהו או מישהו שאנו סולדים ממנו. מחקריהם של השניים העלו קווים מנחים לסגנונות שונים של תחפושות - נביא אותם כאן בקצרה.

35

תחפושות של דמויות מפורסמות: הבוחרים בתחפושות אלה מנסים לספר לעולם כי הם בקיאים בתרבות ובטרנדים העכשוויים. כמו כן, ייתכן שהם מנסים להבליט תכונות אופי משותפות להם ולדמות שבחרו. תחפושות מפחידות: מעידות על סקרנות מפותחת לגבי המוות. תחפושות תמימות: עשויות לספר על תחושה של אובדן התמימות הקיימת בבעליהן, או על השאיפה לחזור לזמנים פשוטים יותר. תחפושות של חיות: בעלי החיים השונים מזוהים עם תכונות שונות, ולכן בחירה להתחפש לבעל חיים מסוים מעידה על קיום התכונה הדומיננטית שלו גם בבעל התחפושת. לחלופין, הבחירה יכולה לספר אילו תכונות מעריץ האדם שהתחפש לבעל חיים כלשהו. תחפושות של ליצנים או דמויות מצוירות: מספרות על המתחפש שבחר בהן כי הוא מעוניין להניח את אופיו הרציני בצד ולאמץ תדמית משעשעת וקלילה.

40

45

תחפושות של דמויות רשעות: תחפושות אלה מאפשרות לאנשים לבטא את הצד האפל שבהם ללא רגשי אשמה. בנוסף, הבחירה בדמויות רשעות יכולה להגיע מתוך מקום של פגיעות וחרדה, כיוון שהן מבטאות תחושת הזרה של האחר. תחפושות של דמויות כוחניות: מבטאות פנטזיה של "כל-יכול". לעתים מעידות על חוסר אונים ועל חוסר ביטחון. כמו בכל מחקר פסיכולוגי, הקווים המנחים אינם בהכרח חלים על כל אדם ואדם, אבל הם מאפשרים לנו להביט פנימה ולשאול את עצמנו מה אנו מנסים להגיד לעולם כשאנו בוחרים את התחפושת שלנו.

50

3. תחפושת זוגית יכולה לשקף את הלך הרוח של מערכת היחסים

כשזוגות נמצאים במרחב ציבורי הם מספרים לעולם מה טיב מערכת היחסים ביניהם, פעולה שמתרחשת פעמים רבות באופן תת-מודע. תחפושת היא אחת הדרכים לעשות זאת. על פי דיזונטו, בני זוג שבחרים בתחפושות תואמות מדגישים את תחושת הקרבה שקיימת ביניהם, את הכלילה של האחד בשני. חשיפת זוגיות מאושרת לעולם נקראת בעגה המקצועית מערכת יחסים בעלת נראות גבוהה. אפקט הקוטביות קיים גם כאן: נראות גבוהה יכולה להציג קשר בריא, אך מצד שני עשויה להעיד גם על חוסר ביטחון ועל חרדת נטישה. במקרה כזה, השיתוף של העולם באושר הזוגי משמש למעשה כהנצחה חיצונית לקשר, כדי לחפות על יסודות שעלולים להיות לא יציבים.

55

60

לעומת זאת, זוגות שמעדיפים להתחפש בנפרד מעידים על אישיות נמנעת ועל צורך להדגיש את ההיבט האינדיבידואלי בעצמם. הבחירה ללכת מחופשים באופן עצמאי מספרת כי אתם או בן הזוג לא חשים בנוח להכריז על אהבתכם קבל עם ועדה, אם בגלל אישיות מופנמת או בגלל פערים בתפיסה הרומנטית בכלל ותפיסת הקשר האישי שלכם בפרט. אם בחירת תחפושת אישית משקפת תהליכים פנימיים מורכבים, בחירת תחפושת לבני זוג היא מורכבת פי שניים. ולמרות זאת – התחפושת שבחרים בני הזוג מכילה מידע על איכות הקשר ועל השקפת עולמם של שני בני הזוג. מכיוון שהרבה פעמים המידע הזה מגיע מהתת-מודע, האותנטיות שלו גבוהה למדי.

65

הפרדוקס של חג פורים

פורים (או כל הזדמנות אחרת שבה יוצא לכם להתחפש) הוא זמן נהדר לשים את האישיות המוצהרת שלכם בצד ולכוון את אור הזרקורים לצדדים הפנימיים שבכם. מתברר שפורים הוא חג פרדוקסלי: דווקא כשאנו מחופשים למישהו או למשהו אחר, אנו חושפים את האופי והתכונות האמיתיים שלנו. בין אם זו חתירה למצוינות, הבלטת התכונות החיוביות או התפיסה הרומנטית שלנו – התחפושת מאפשרת לנו לשר לסיבה את המסר האותנטי שלנו, ובו בזמן להיות במודעות ולחקור את הצדדים שביומיום נשארים מאחורי הקלעים.

70

השאלות

1. א. מה הנושא המרכזי של הטקסט?

- 1 הקושי והמורכבות שבבחירת תחפושת מוצלחת.
- 2 הסיבות למנהג התחפושות בחג פורים.
- 3 קניית תחפושות: תפירה אישית לעומת הזמנות מחו"ל.
- 4 הקשר בין אופי האדם לבין התחפושת אותה בחר.

ב. מדוע הכותרת מנוסחת כשאלה?

2. כותרת הטקסט היא:

מה התחפושת שבחרתם אומרת עליכם?
שלוש השפעות פסיכולוגיות של
תחפושות

בטבלה שלפניכם יש שלושה היגדים בנוגע לכותרת.

סמנו ליד כל היגד אם הוא נכון או שאינו נכון.

היגדים	נכון	אינו נכון
1. בכותרת יש חמישה שמות עצם.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2. בכותרת יש שם תואר.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3. בכותרת יש לפחות מילת יחס אחת.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2

3. בשורה 9 כתוב: "גם לאנשים מבוגרים יותר יש נטייה לשבור את הנורמות המקובלות תחת תחפושת או מסכה".

א. ציינו **השפעה שלילית** לכך לפי הטקסט (שורות 10-15).

ב. ציין **השפעה חיובית** לכך לפי הטקסט (שורות 15-25).

4. מה פירוש הביטוי "**שני צדדים למטבע**"? (שורה 15).

- 1 הרווח גדול מההפסד.
- 2 שווה בשווה.
- 3 יש שני היבטים לעניין.
- 4 תוצאה שאינה משתלמת.

5. בשורות 15-25 מתואר מחקר.

א. השלימו את המידע על המחקר.

1. עורך המחקר:

2. נושא המחקר:

3. תוצאות המחקר:

6. לשם מה הביא כותב המאמר את תוצאות המחקר? (שורות 15-25).

- 1 כדי להעלות את אמינות המידע במאמר.
- 2 כדי להשמיע את קול המתנגדים לדעתו.
- 3 כדי להפריך את טענות הנגד.
- 4 כדי להראות שיש עוד אנשים שחושבים כמותו.

7. לפניכם צירופי מילים מתוך הטקסט.

כתבו ליד כל צירוף אם הוא צירוף סמיכות או צירוף של שם ותוארו.

סוג הצירוף	צירוף מילים
	מראה חיצוני
	תשומת לב
	השפעה שלילית

8. העתיקו מהפסקה הראשונה שמות פועל שונים וכתבו ליד כל שם פועל את שם הפעולה המתאים לו.

הפעולה המתאים לו.

שם פועל	שם פועל

9. בשורה 25 כתוב: "בני האדם מקדישים נתח גדול מהזמן ומהאנרגיה שלהם כדי לספר לעולם משהו על עצמם. יש לנו דרכים מגוונות לעשות זאת".

הסבירו משפט זה במילים שלכם.

10. כתבו במילים את המספרים שבסוגריים.

1. לקראת חג פורים קניתי (6) _____ רעשנים.
2. ארעיש ברעשן כאשר יזכירו את (10) _____ בני המן.
3. השנה תפרתי (2) _____ תחפושות שונות.

11. מה המטרה העיקרית של הכותב בהבאת הדוגמות בשורות 38-52?

- 1 להציג את מגוון התחפושות הקיים כיום.
- 2 לחזק את הטענה שיש קשר בין האופי לבין התחפושת.
- 3 להמליץ לקוראים להתחפש בחג פורים.
- 4 להביא דוגמה לתחפושות פופולריות.

12. מה פירוש הביטוי "פרדוקס"? (שורה 71).

- 1 גורם.
- 2 הסבר.
- 3 הפתעה.
- 4 סתירה פנימית.

13. האם לדעתכם הפסקה האחרונה במאמר מתאימה להיות פסקת הסיום?

נמקו את תשובתכם.
