





تیپولوژی در شخصیت

ارایه دهنده

دکتر روشنگر خدابخش پیرکلانی
دانشیار گروه روان شناسی
دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی
دانشگاه الزهراء (س)

۱۴۰۰/۹/۲۷

برگزارکننده

معاونت پژوهشی و گروه روان شناسی دانشکده علوم
تربیتی و روان شناسی
دانشگاه الزهراء (س)



A close-up photograph of pink roses and scattered petals, all covered in small, glistening water droplets. The background is a soft, out-of-focus white. The text is overlaid in the center in a blue, stylized font.

با گرامیداش هفته پڑو هس

مقدمه

تیپ شناسی یکی از دستاوردهای مهم نظریات شخصیت است، معروف است که مهمترین موضوع روان شناسی ، شخصیت است یعنی روان شناسی با سوال از شخصیت آغاز می شود و تمامی نتایج شاخه های مختلف به شخصیت ختم می گردد.

در مباحث شخصیت شناخت تیپ افراد و تفاوت آنها در چیستی و عملکرد شاید عمده ترین هدف و مقصد است که سبب پیش بینی رفتار می شود که در تعاریف شخصیت به عنوان اصلی ترین تعریف آمده است.

در مکاتب روان شناسی تیپ شناسی و سنخ شناسی بیشتر در روان تحلیل گری و مکاتب صفات و عاملی بیشتر طرح شده و بسط داده شد است .

ما در اینجا از بخش های مختلف تیپ شناسی در نظریه های این مکاتب خواهیم گفت می پردازیم و به تشریح و استنتاج از آنها می پردازیم .

با این که اغلب پر تکرار ترین و پر بسامد ترین ویژگی به عنوان شخصیت ما محسوب می شود ولی از طرفی ان خصوصیات نافذ جنبه نابهنجاری هم به حساب می آید چون در بین سایر ویژگی ها جنبه برآمدگی و بالنتیجه جنبه غیر عادی نیز به خود می گیرد . بنابه گفته آدلر :

افراد عادی و نرمال،

آنهايي هستند که شما آنها را خوب نمی شناسید.

اما افراد غیر نرمال و متفاوت

دقیقا همان هایی هستند که شما در زندگی

خیلی خوب آنها را می شناسید.

12CEO.ir

آلفرد آدلر آدلر معمولاً به عنوان نخستین پیشگام گروه روانشناسی اجتماعی

مقدمه ۲

- به عبارتی تواتر زیاد یک یا چند ویژگی نشان از شخصیت و تفاوت فردی داشته و از سوی دیگر برآمدگی نیمرخ روانی فرد است که وی را از دیگران متمایز ساخته است، پس می تواند نابهنجاری نیز تلقی شود!

البته قابل توجه است که برخی شخصیت را روابط بین فردی تلقی کرده‌اند و پدیدایی آنرا حاصل اجتماع می‌دانند.

هری استک سالیوان اصیل ترین شخص در روانکاوی آمریکا است. (Haven, 1973)

HARRY
STACK
SULLIVAN'S

INTERPERSONAL
THEORY



1892-1949

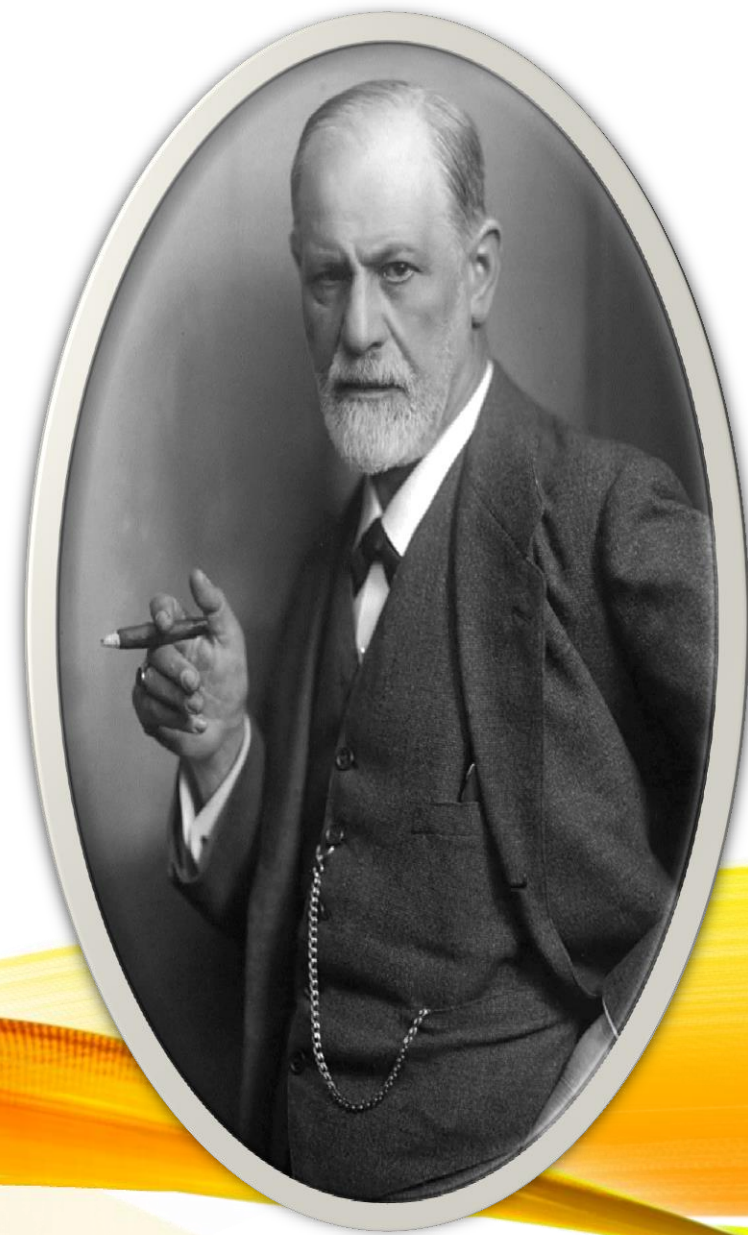
<https://goo.gl/images/KtVnUs>



سالیوان عقیده داشت که

ما به تعداد روابط میان فردی شخصیت داریم و در عین حال شخصیت را الگویی با دوام از تجربه‌های میان فردی مکرر، که تک‌تک انسان‌ها را منحصر به فرد می‌سازد، تعریف می‌کرد. این رویکرد بدون تردید با رویکرد فروید تفاوت دارد، اما سالیوان خودش را یک روان‌کاو می‌دانست به علاوه او از اکثر روش‌های فروید استفاده می‌کرد، اما خودش را از پیش فرض‌های فروید در خصوص پسیکوسکسوالیتی عقب کشید با این حال رویکرد سالیوان در همان حال و هوای علاقه اجتماعی آدلر قرار می‌گیرد همچنین با عقیده هورنای درباره‌ی اضطراب کودکی و روابط میان فردی نیز شباهت‌هایی دارد به این ترتیب جای تعجب ندارد که نظریه‌های این سه تا این حد در یک جبهه قرار دارد (گنجی، ۱۳۹۱).

ٲٲٲ شٲناسٲ فروٲدٲ



تیپ شناسی شخصیت فروید

- تیپ شناسی فروید بر مبنای مراحل رشد و استقرار لیبیدو در منطقه خاص در هر مرحله و وهله از تحول است.
- و اینکه بر مبنای افراط و تفریط در توجه و بی‌توجهی تثبیت صورت گرفته است. وی چندین ویژگی متفاوت را برای این افراد ذکر کرده است که با ویژگی کودک در آن مرحله یا وهله همسو بوده است.

رشد شخصیت

- 1مرحله ی دهانی: در طول ۱۸ ماه اول زندگی، امیال جنسی بر ناهیه ی دهان تمرکز دارند. امیال غریزی در طول مرحله ی 2جذب دهانی، به صورت منفعلانه ارضای دهانی کسب می کنند و در طول مرحله ی 3پرفاشگر دهانی، لذت دهانی را به صورت فعال تری کسب می کنند (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۳۶-۳۷).
- افراد در بزرگسالی از طریق بوسیدن، لیسیدن قضیب و فرج یا لیسیدن پستانها و سایر اندام های بدن، ارضای جنسی دهانی کسب می کنند.
- اینکه والدین نسبت به نیازهای جنسی دهانی کودک چگونه پاسخ دهند، تأثیر مهمی بر شخصیت کودک دارد. والدینی که خیلی محروم کننده یا آسان گیر هستند، انتقال کودک به مراحل بعدی رشد را با مشکل مواجه می سازند (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۳۶-۳۷).
- کودک در اثر محرومیت می تواند در مرحله ی دهانی تثبیت شده بماند، همچنین در اثر ارضای افراطی کودک باز هم می تواند در مرحله ی دهانی تثبیت شود.
- 4تثبیت در اثر محرومیت یا ارضای افراطی به رشد شخصیت دهانی با صفات دوقطبی زیر منجر می شود: فوشبینی/بدبینی، بدگمانی/ساده لومی، خودفوارشماری/خودپسندی، بی اختیاری/به بازی گرفتن، و مسد/تمسین (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۳۶-۳۷).

رشد شخصیت

- ۱ مرحله‌ی مقعدی: فروید معتقد بود که مقعد می‌تواند منبع بسیار نیرومند لذت برای کودکان بین ۱۸ ماهگی تا ۳ سالگی باشد.
- کودکان در این مرحله یاد می‌گیرند که میل شدید به بازی کردن با مقعد یا فضولات آن، آنها را با مقررات جامعه دربارهی پاکیزگی در تعارض قرار می‌دهد. (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۳۸).
- اکنون والدین به نمایندگی از جامعه از کودک می‌خواهند که میل فطری به کاهش تنش فوری را کنترل کند.
- در صورتی که والدین بسیار پرتوقع یا آسان گیر باشند، کودک به احتمال زیاد دچار تعارض شده و تثبیت می‌شود (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۳۸).
- صفات دوقطبی که در اثر تثبیت ایجاد می‌شوند عبارتند از: خست/اسراف کاری، مقید بودن/گشاده رویی، لجابت/تسلیم، نظم/شلختگی، وقت‌شناسی/وقت‌نشناسی، دقت/ابهام (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۳۸).

رشد شخصیت

- 1مرحله ی آلتی: در این مرحله که بین ۳ تا ۶ سالگی رخ می دهد، هر دو جنس به اندام های تناسلی خود علاقه مند هستند و فراوانی خودارضایی خویش را افزایش می دهند.
- تعارض در این مرحله بر سر موضوع امیال جنسی آنهاست که در این مرحله والد جنس مخالف است. پسر امیال جنسی تناسلی خود را ابتدا به سمت مادرش هدایت می کند و انتظار دارد که وی را ارضا کند. البته 2تعارض ادیپی از این امر ناشی می شود که پدر حق و امتیاز لذت بردن از مادر را دارد. پسر می ترسد که امکان دارد پدر با از میان برداشتن منبع مشکل، یعنی آلت تناسلی پسر، رقیب خود را تنبیه کند(پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۴۰-۴۱).
- 3سرانجام اضطراب اختگی باعث می شود که پسر میل خود را به مادر و خصومت رقابت جویانه خود را نسبت به پدر سرکوب کرده و با مقررات پدرش همانند سازی کند، به این امید که می تواند از اختگی برحذر باشد(پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۴۰-۴۱).
- در خصوص دخترها نیز فروید اظهار داشت که وقتی دخترها پی می برند که مادرشان با ندادن آلت مردی به آنها، آنها را فریب داده است، نسبت به مادر خود خصومت می ورزند.
- دخترها در ابتدا به آلت مردی رشک می برند و تا اندازه ای برای اینکه بتوانند حداقل در آلت پدر خود سهیم شوند، امیال خود را به او معطوف می کنند.
- آسان گیری زیاد و طرد بیش از حد هر دو می توانند موجب تثبیت در مرحله ی آلتی شوند که به شکل گیری صفات دوقطبی زیر منجر می شوند: تکبر/بیزاری از خود، غرور/فروتنی، شیکی/سادگی، عشوهِ گری/کمرویی، معاشرتی / منزوی، پررویی/باحیا بودن (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۴۰-۴۱).

رشد شخصیت

- 1مرحله ی نهفتگی: در این مرحله امیال جنسی جدید و آشکاری وجود ندارد، بلکه این مرحله ای است که در آن امیال پیش تناسلی عمدتاً سرکوب می شوند.
- فروید باور داشت که شکل گیری شخصیت پیش تناسلی در ۶ سالگی کامل می شود.
- دوره ی نهفتگی به صورت آرامش و سکون بین دوره ی پیش تناسلی و شروع مرحله ی تناسلی در نظر گرفته شده است (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۴۲).
- 2مرحله ی تناسلی: در این مرحله لیبیدو پدیدار می شود. در این مرحله نوجوان، موضوع مناسبی را برای میل جنسی (عشق) و پرخاشگری (کار) پیدا می کند.
- به نظر فروید انسان بدون حداقل مقداری تعارض بین امیال غریزی و قید و بندهای اجتماعی به مرحله ی تناسلی نمی رسد.
- برخی افراد در مرحله ی دهانی، مقعدی یا آلتی تثبیت می شوند و تیپ شخصیت متناسب با آنها را نشان می دهند. (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۴۲)
- هیچ کس بدون اینکه تحت روان کاوی موفقیت آمیز قرار بگیرد، شخصیت تناسلی کاملاً پخته ای نخواهد شد، و این شخصیت هدف آرمانی روان کاوی است (پروچاسکا، ۱۳۹۴، ص. ۴۲).

تیپولوژی شخصیت

- شخصیت دهانی: افرادی که در مرحله ی دهانی تثبیت می شوند، در مراحل بعدی در رابطه با دادوستد دنیای بیرون مشکل خواهند داشت.
- شخصیت دهانی گیرنده: محصول ارضای بیش از حد در کودکی است. این شخصیت عادت کرده که از سوی دیگران حمایت شود و به آنها وابسته است. این افراد ساده و زودبیاورند، قدرت و رهبری دیگران را تحسین می کنند ولی تلاشی برای آنکه روی پای خود بایستند، به خرج نمی دهند. نسبتاً بی کفایت هستند و در عین حال بیش از حد خوش بین هستند (رایکمن، ۱۳۸۷، ص. ۵۰).
- ارضا نشدن یا محرومیت شدید هم می تواند باعث تثبیت شود. در چنین حالتی که به آن، شخصیت دهانی پرخاشگر می گویند، شخص یادمی گیرد که از دیگران بهره کشی کند و نگرش های سادیستی خواهد داشت. او به موفقیت دیگران حسودی می کند و می خواهد بر دیگران مسلط باشد. (رایکمن، ۱۳۸۷، ص. ۵۰)
- شخصیت مقعدی: شهوت گرایی مقعدی از مشکلات مقطع آموزش توالت رفتن نشئت می گیرد که در آن کودکان با پدر و مادر جنگ قدرت راه می اندازند. اگر پدر و مادر اهل تنبیه شدید و آدم های متوقعی باشند، کودک تصمیم می گیرد برای نافرمانی، اموال ارزشمند یا همان مدفوع خود را نگه دارد. به نظر فروید، شخصیت مقعدی دارای منظومه ای از صفات است که شامل، یکدندگی، خست و نظم و ترتیب است (رایکمن، ۱۳۸۷، ص. ۵۰).

ادامه تیپولوژی شخصیت

- همچنین این افراد بیش از حد وظیفه شناس، انعطاف ناپذیر، مستقل و درگیر جزئیات هستند. خست این افراد به گونه ای است که در رابطه با اموال، پول و وقت بیش از حد صرفه جو و خسیس است. او تمایل شدید به زندگی با برنامه و رویه ای مشخص دارد. این افراد بسیار وسواسی، تمامیت خواه و موشکاف هستند (رایکمن، ۱۳۸۷، ص. ۵۱)
- شخصیت آلتی: منشأ این مشکلات به حل و فصل نادرست عقده ای ادیپ برمی گردد. این شخصیت در مردان، واکنش به اضطراب اختگی شدید است. این مردان متهور، سرسخت و دارای اعتمادیه نفس هستند، غرور و خودنمایی آنان، معرف ارزش بیش از حد آلت جنسی مردانه نزد آنهاست. یکی از راه های اثبات مردانگی شان، فتح مکرر زنان است. در مورد زنان، انگیزه
- ی اصلی، غبطه قضیب است، در نتیجه آنها به دنبال برتری بر مردان هستند (رایکمن، ۱۳۸۷، ص. ۵۱).
- شخصیت تناسلی: فروید شخصیت تناسلی را شخصیتی آرمانی می داند. چنین شخصیتی از لحاظ جنسی پخته است و می تواند به ارگاسم برسد. انرژی های لیبیدویی او نیز مسدود نمی شود چون اشیا جنسی مناسب را یافته است. به نظر فروید کلید خوشبختی، عشق ورزی و کارکردن است. فروید معتقد بود که عشق برای کارکرد سالم انسان ضروری است.
- شخصیت های تناسلی با بروز دادن تکانه های اید به شکل کار ثمر بخش و خلاقانه می توانند این تکانه ها را والایش کنند (رایکمن، ۱۳۸۷، ص. ۵۱).

پویایی شخصیت و خودشیفتگی

- خودشیفتگی: نوباوگان عمدتاً خودمحور هستند، به طوری که لیبیدوی آنها تقریباً به طور انحصاری صرف خود (ایگو) آنها می‌شود. این حالت که همگانی است، خودشیفتگی نخستین نام دارد.
- بعد از اینکه خود رشد کرد، کودکان معمولاً خودشیفتگی نخستین را به مقدار زیادی رها می‌کنند و بیشتر به دیگران علاقه‌مند می‌شوند. به قول فروید لیبیدوی خودشیفته از آن پس به لیبیدوی شیء تبدیل می‌شود. (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۴۰)
- اما هنگام بلوغ، نوجوانان معمولاً لیبیدوی خویش را به ایگو برمی‌گردانند و به ظاهر خودشان و سایر تمایلات شخصی دل مشغول می‌شوند. این خودشیفتگی ثانوی همگانی نیست، بلکه حالت ملایم علاقه به خود است که تقریباً در همه شایع است (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۴۰).
- فروید در مقاله ی پیش در آمدی بر خودشیفتگی معتقد است، نیروی جنسی پس از انقطاع از دنیای بیرون به خود معطوف می‌گردد و بدین سان نگرشی را ایجاد می‌کند که می‌توان آن را خودشیفتگی نامید (پاینده، ۱۳۹۵، ص. ۱۵۵).

خودبزرگ بینی

- لیکن خودبزرگ بینی فی‌ال‌نفسه پدیده‌ی جدیدی نیست، برعکس خودبزرگ بینی حکم تشدید و تظاهر آشکارتر وضعیتی را دارد که پیشتر نیز وجود داشته است.
- این موضوع باعث می‌شود که خودشیفتگی ناشی از به درون معطوف شدن انیروگذاری روانی در مصداق امیال را نوعی خودشیفتگی ثانوی بدانیم که بر خودشیفتگی اولیه افزوده می‌شود (پاینده، ۱۳۹۵، ص. ۱۵۵-۱۵۶).
- فروم نیز در کتاب The Heart Of Man نظر فروید درباره‌ی خودشیفتگی را این طور بیان می‌کند: فروید با دغدغه‌اش برای فهم اسکیزوفرنیا در قالب اصطلاحات نظریه‌ی لیبیدو شروع کرد. از آنجایی که به نظر نمی‌رسد که بیمار اسکیزوفرنیک رابطه‌ی جنسی با دیگران داشته باشد، فروید به سمت این سؤال هدایت شد که «چه اتفاقی در اسکیزوفرنیا برای لیبیدویی که از ابژه‌های خارجی کنار کشیده است، افتاده؟»
- جواب فروید این است: (لیبیدویی که از جهان خارجی کنار کشیده، به سمت خود معطوف شده و بنابراین موجب گرایشی می‌شود که شاید بتوان خودشیفتگی نامید) (Erich Fromm, 189-192).

پویایی شخصیت

- ۱ عشق: جلوه ی دیگر اروس، عشق است و زمانی پرورش می یابد که افراد لیبیدوی خود را در شئی یا فردی غیر از خودشان صرف کنند.
- هنگام نوباوگی، کودکان هر دو جنس نسبت به مادر احساس عشق جنسی می کنند. با وجود این معمولاً عشق جنسی آشکار به اعضای خانواده سرکوب شده و نوع دوم عشق را به وجود می آورد (فایست، ۱۳۸۸، ص. ۴۶).
- فروید این نوع دوم عشق را «هدف منع شده» نامید، زیرا هدف اصلی کاهش تنش جنسی، منع یا سرکوب شده است.
- عشقی که افراد نسبت به خواهر-برادرها یا والدین خود احساس می کنند از نوع هدف منع شده است (فایست، ۱۳۸۸، ص. ۴۶).
- عشق و خودشیفتگی ارتباط نزدیکی با هم دارند، البته خودشیفتگی شامل عشق به خود است (فایست، ۱۳۸۸، ص. ۴۶).

تیپ های سادیستی و مازوخیستی

- سادیسم و مازوخیسم: این دو طرز کار غریزه‌ی جنسی و غریزه‌ی ویرانگری را به صورت آمیخته نشان می‌دهند.
- مازوخیسم: همه‌ی موضع‌های منفعل نسبت به زندگی جنسی و موضوع جنسی را دربر می‌گیرد، که در افراطی‌ترین شکل آن در وابسته بودن ارضای جنسی به رنج کشیدن و متحمل شدن درد تنی و روانی از سوی موضوع جنسی پدیدار می‌شود (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۴۷).
- درباره‌ی مازوخیسم در بیشتر موارد می‌توان به این شناخت دست یافت که مازوخیسم چیزی جز تداوم یافتن دگرآزاری با چرخش کردن بر ضد شخص خویشتن نیست، که در این کنش ابتدا در جایگاه موضوع جنسی می‌نشیند (ملک اسماعیلی، ۱۳۹۵، ص. ۳۹-۴۰).
- سادیسم: شامل نیاز به لذت جنسی از طریق زجر دادن یا تحقیر کردن دیگری می‌شود. سادیسم در حالت ملایم نیازی معمولی است که تا اندازه‌ای در تمام روابط جنسی یافت می‌شود. سادیسم زمانی انحراف تلقی می‌شود که هدف جنسی لذت شهوانی نسبت به هدف ویرانگری در درجه‌ی دوم اهمیت قرار گیرد (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۴۷).

تیپولوژی یونگ



یونگ سه نوع تیپ شناسی را در نظرات خود مطرح می سازد یکی درون و برونگرایی و دیگری چهار کنش حسی ، فکری، شهودی و احساسی و سوم ترکیب این دو باهم



□ درونگرایی و برونگرایی

- یونگ یک تیپولوژی شخصیتی ایجاد کرد که آنقدر محبوب شده است که برخی از مردم متوجه نمی شوند او کار دیگری انجام داده است! با تمایز بین درونگرایی و برونگرایی شروع می شود. درونگراها افرادی هستند که دنیای درونی افکار، احساسات، خیالات، رویاها و غیره را ترجیح می دهند، در حالی که برونگراها دنیای بیرونی اشیاء، افراد و فعالیت ها را ترجیح می دهند.*

*Jung, C. G. (1947). On the Nature of the Psyche. London: Ark Paperbacks.

➔ درونگرایی

- افراد درونگرا افرادی هستند که انرژی روانی آنها فقط صرف افکار و احساسات خود می‌شود. این افراد به خود، احساسات و افکارشان علاقمند هستند.
- افراد درونگرا انسان‌های خجالتی محسوب می‌شوند. آنها همیشه بر روی افکار خودشان متمرکز می‌شوند و نگران تاثیر اعمال شان بر اطراف نیستند.
- این کلمات با ایده‌هایی مانند خجالتی بودن و جامعه پذیری اشتباه گرفته شده‌اند، تا حدی به این دلیل که درونگراها تمایل به خجالتی بودن و برونگراها تمایل به اجتماعی بودن دارند. اما یونگ قصد داشت که آنها بیشتر به این موضوع اشاره کنند که آیا شما ("من" بیشتر با شخصیت و واقعیت بیرونی روبرو هستید یا با ناخودآگاه جمعی و کهن‌الگوهای آن. از این نظر، درون‌گرا تا حدودی بالغ‌تر از برون‌گرا است. البته فرهنگ ما برای افراد برونگرا ارزش بیشتری قائل است. و یونگ هشدار داد که همه ما بیشتر برای نوع خود ارزش قائلیم!*

• برخی ویژگی های انسان های درونگرا عبارتند از:

- برای تمرکز کردن به آرامش نیاز دارند
- رفتار خود را بر طبق فکر و احساسات شان تنظیم می کنند
- انسان های خود آگاهی هستند
- برای تصمیم گیری وقت زیادی می گذارند
- از تنهایی لذت می برند و به آن علاقمند می باشند
- کارهای فردی را به فعالیت های جمعی و گروهی ترجیح می دهند
- ترجیح می دهند بیشتر بنویسند تا صحبت کنند
- بعد از حضور در جمع احساس خستگی می کنند*

□ حقایق درباره افراد درونگرا

- افراد درونگرا می دانند چه چیزی را دوست دارند و چه چیزی دوست ندارند. آنها با ارزش های شان ارتباط عمیقی دارند و خواسته های واقعی خود از زندگی را می دانند. این اعتماد به نفس قوی، باعث جذابیت، پیچیدگی و مطلوبیت بیشتر آنها بین دیگران می شود.
- محققان دریافته اند که جریان خون در لوب پیشانی افراد درونگرا بیشتر است. این قسمت از مغز به شما کمک می کند چیزها را به خاطر بسپارید، مشکلات را حل کنید و از قبل برنامه ریزی کنید.*

*Jung, C. G. (1947). On the Nature of the Psyche. London: Ark Paperbacks.

➔ برونگرای

- برون گرای نقطه مقابل درون گرایی است. انرژی روانی این افراد به سمت دنیای خارج و دیگر افراد جریان دارد. این نوع افراد بسیار اجتماعی و گشاده رو هستند.
- افراد برونگرا قابل پیش بینی هستند و تمایل به تقلید از دیگران دارند. همچنین دوست دارند توسط افراد دیگر دیده و مورد تایید قرار گیرند. به این ترتیب بر اساس آنچه دیگران درباره شان می گویند، عمل خواهند کرد.
- نشانه ها و علائم برونگرایی عبارتند از:
 - از مناسبات اجتماعی لذت می برند
 - تمایلی به تنهایی و تنها زندگی کردن ندارند
 - در اطراف مردم رشد می کنند و شکوفا می شوند*

• نشانه ها و علائم برونگرایی عبارتند از:

- دوستان بسیار زیادی دارند
- ترجیح می دهند در مورد مشکلات و راه حل ها صحبت کنند
- برون گرا و خوش بین هستند
- از ریسک کردن نمی ترسند
- انعطاف پذیر هستند

• فردی که برون گرا است، از فعالیت هایی که شامل اجتماعات بزرگ مانند مهمانی ها، فعالیت های جمعی، تظاهرات عمومی و شرکت در گروه های تجاری یا سیاسی لذت می برد. این افراد همچنین تمایل دارند که به صورت گروهی و در کنار افراد دیگر کار کنند.*

➔ برونگرایی

- یک فرد برون گرا به احتمال زیاد از وقت گذراندن در کنار مردم لذت می برد و از تنهایی گریزان است. آنها وقتی در اطراف دیگران هستند انرژی می گیرند و وقتی تنها باشند بیشتر احساس کسالت می کنند.
- کارل یونگ همچنین گفت که شخصیت همه مردم جهان از هر دو نگرش شخصیتی تشکیل شده است. به عنوان مثال اگر صفات برون گرایی شخصی بیش از صفات درونگرایی او باشد، در این صورت فرد برون گرا تلقی می شود. نگرش های شخصیتی باقی مانده، به ذهن ناخود آگاه منتقل می شود.
- ما اکنون بعد درون گرا-برونگرا را در چندین نظریه، به ویژه در نظریه هانس آیزنک، می یابیم، اگرچه اغلب تحت نام های جایگزینی مانند "جامعه پذیری" و "سرپرست" پنهان شده است.*

● چه درونگرا باشیم و چه برونگرا، باید با دنیای درونی و بیرونی سر و کار داشته باشیم. و هر یک از ما راه های ترجیحی خود را برای مقابله با آن داریم، راه هایی که با آن راحت و خوب هستیم. یونگ چهار راه یا عملکرد اساسی را پیشنهاد می کند:

□ اولی حس کردن است. حس کردن یعنی آنچه می گوید: کسب اطلاعات به وسیله حواس. یک فرد حسی در نگاه کردن و گوش دادن و به طور کلی شناختن جهان خوب است. یونگ این را یکی از کارکردهای غیر منطقی نامید، به این معنی که به جای قضاوت درباره اطلاعات، شامل ادراک می شود.

□ دوم تفکر است. تفکر یعنی ارزیابی منطقی و منطقی اطلاعات یا ایده ها. یونگ این کار را یک تابع عقلانی نامید، به این معنی که شامل تصمیم گیری یا قضاوت است، نه دریافت ساده اطلاعات.*

□ سوم شهود است. شهود نوعی ادراک است که خارج از فرآیندهای معمول خودآگاه عمل می کند. این غیرمنطقی یا ادراکی است، مانند حس کردن، اما از ادغام پیچیده مقادیر زیادی اطلاعات به جای دیدن یا شنیدن ساده ناشی می شود. یونگ گفت مثل دیدن گوشه و کنار است.

□ چهارم احساس است. احساس، مانند تفکر، موضوع ارزیابی اطلاعات است، این بار با سنجیدن واکنش کلی و عاطفی فرد. یونگ آن را عقلانی می نامد، البته نه به معنای معمول کلمه.*

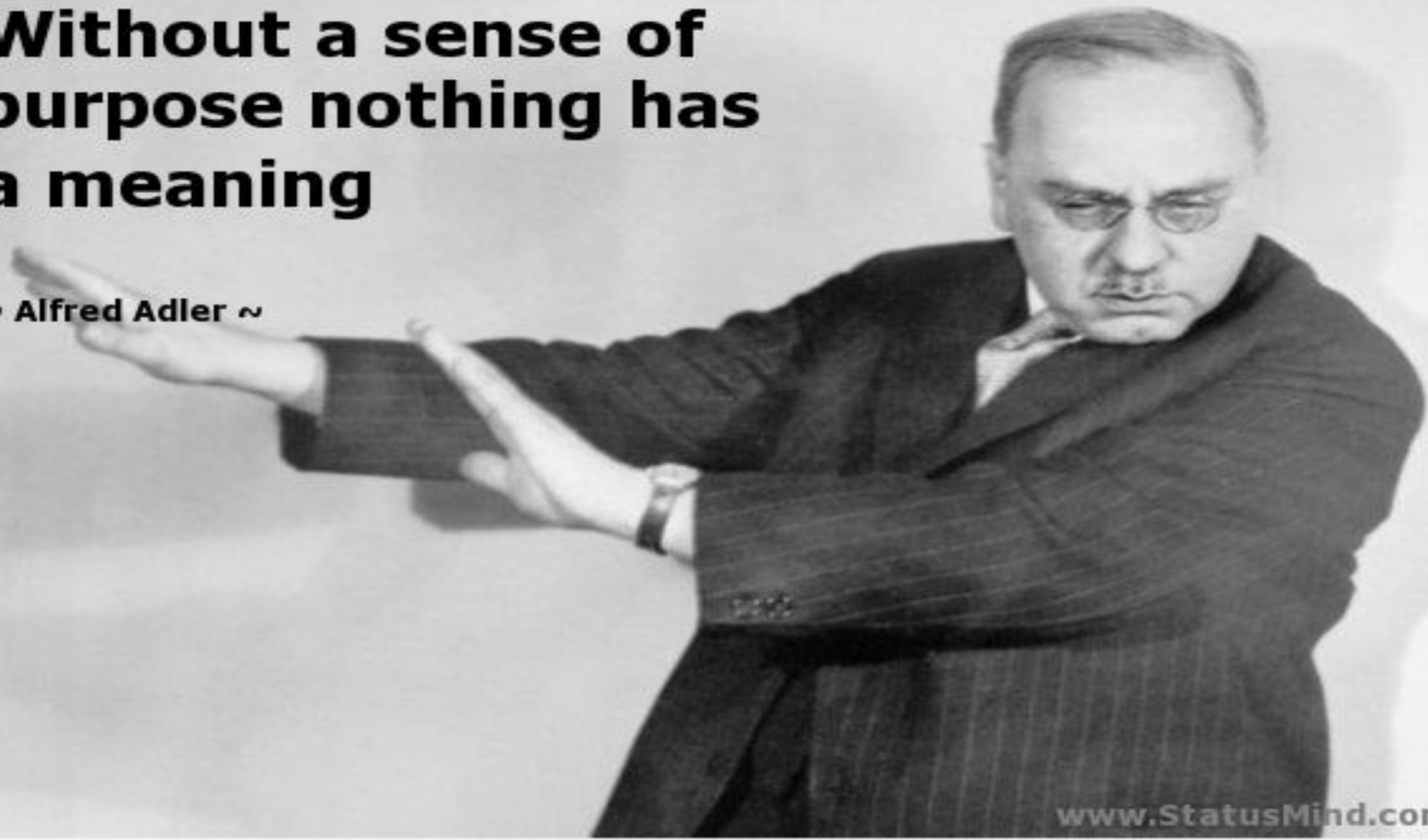
*Jung, C. G. (1947). On the Nature of the Psyche. London: Ark Paperbacks.

آلفرد آدلر



**Without a sense of
purpose nothing has
a meaning**

~ Alfred Adler ~



 www.behdashtravan.com

  @PsychologyPhilosophy



انسان بودن یعنی داشتن احساس حقارت. این احساس انسان را دائما به سمت غلبه کردن می کشاند. هر چه احساس حقارتی که تجربه می کنیم شدیدتر باشد، میل به غلبه کردن قوی تر و آشفته گی هیجانی آن خشن تر می شود.

آلفرد آدلر

تیپ شناسی آدلر

- آدلر هم دو نوع تیپ را مطرح می سازد
 - اول بر مبنای ترتیب تولد
 - دوم بر مبنای اصل سبک زندگی

منظومه خانوادگی : FAMILY CONSTELLATION

اثر ترتیب تولد :

فرزندان در خانواده‌های یکسان اما با محیط اجتماعی متفاوت بزرگ می‌شوند + نگرش والدین و به دنبال آن رفتارشان در تولدهای بعدی تغییر می‌کند.

بنابراین :

ترتیب تولد : عاملی اجتماعی در شکل‌گیری سبک زندگی

➤ به جایگاه و ترتیبی گفته می شود که بچه در خانواده بدنیا می آید

➤ با وجود اینکه همشیره ها ، والدین یکسانی دارند و در یک خانه زندگی می کنند ، محیط های اجتماعی همانندی ندارند

➤ آدلر درباره ترتیب تولد ویژگی هایی را برای فرزندان (اول، دوم، تک فرزندان، فرزندان آخر) بیان می کند (شولتز، 1998، ترجمه سید محمدی، ۱۳۸۴).



اثر ترتیب تولد (BIRTH-ORDER)

- آدلر ترتیب تولد را به عنوان یکی از اصلی ترین عوامل موثر اجتماعی در دوران کودکی دانست که بر ماهیت سبک زندگی فرد اثر می گذارد. وی معتقد بود فرزندان اول که توجه کامل و در دست والدین را دریافت می کنند، بعد از تولد فرزند دوم، دیگر این توجه و عشق را مانند سابق به دست نمی آورند. به همین دلیل دچار حسادت شده و احساس نفرت، ناامنی شدید و خصومت به دیگران پیدا می کنند. به اعتقاد آدلر افراد منحرف، مجرم و روان رنجور اغلب فرزندان اول خانواده هستند (نظریه های شخصیت، ص ۱۵۲-۱۵۳).

- همچنین از دید آدلر، فرزندان دوم رقابت جوتر و بلندپروازتر از خواهران و برادران خود هستند. رشد فرزندان آخر معمولاً سرعت چشم گیری دارد و اگر خیلی نازپرورده شوند، ممکن است که در بزرگسالی در کنار آمدن با مشکلات زندگی دچار مشکل گردند. تک فرزندان خودخواه تر از دیگران اند و در دوران بزرگسالی نیز همانند کودکی خود شدیداً در پی آن هستند که مرکز توجه باشند. به همین دلیل احتمال بیشتری وجود دارد که ضربات شدید روانی را تجربه کنند (نظریه های شخصیت، ص ۱۶۴).

اثر ترتیب تولد :

فرزند اول :

- تولد فرزند دوم ضربه‌ی سختی را به فرزند اول وارد می‌کند بنابراین میل به نگهداری قدرت و برتری در او دیده می‌شود.
- با وجدان و وسواسی نسبت به جزئیات است.
- ممکن است در آنها احساس ناامنی شدید و خصومت نسبت به دیگران پدید آید.
- اغلب گذشته نگر هستند و دیدی بدبینانه و حسرت‌بار به آینده دارند (پروچاسکا و نورکراس، ۱۳۹۵).
- موقعیت بی‌همتا و حسادت برانگیز
- ضربه تغییر جایگاه
- سن
- نازپرورده بودن
- گرایش به سمت گذشته، حسرت گذشته، بدبین به آینده
- علاقه به حفظ نظم و اقتدار، سازمان دهندگان خوب، باوجدان، وظیفه شناس، خودکامه، محافظه کار، احساس ناامنی و خصومت نسبت به دیگران
- افراد روانرنجور و منحرف و تبه‌کار اغلب فرزندان اول هستند.



First Borns

ترتیب تولد

فرزند اول : باهوش

موفق

کودکی شاد قبل از تولد فرزند دوم

بعد از تولد فرزند دوم معزول و خلع سلاح

قدرت طلب و محافظه کار

گذشته نگر است و دید حسرت بار به آینده

اگر تولد فرزند دوم زیر ۲ سالگی باشد : خشم ناهوشیار فرزند اول را سبب می شود.

گنجی ، گنجی ، ۱۳۹۱ .

شولتز ، ۱۹۹۰ ، ترجمه کریمی و همکاران ، ۱۳۹۴

ترتیب تولد

فرزند اول : باهوش

موفق

کودکی شاد قبل از تولد فرزند دوم

بعد از تولد فرزند دوم معزل و خلع سلاح

قدرت طلب و محافظه کار

گذشته نگر و دید حسرت بار به آینده

تولد فرزند دوم زیر ۲ سالگی : خشم ناهوشیار فرزند اول

اثر ترتیب تولد :

فرزند دوم : حس خلع شدگی فرزند اول را تجربه نخواهد کرد.

- رقابت با فرزند اول حکم راه انداز را برای او دارد.

- نسبت به آینده خوش بین، رقابت جو و جاه طلب است (شولتز، ۱۹۹۰).

- عدم احساس عزل فرزند اول

- سرمشقی از فرزند اول به عنوان الگو، تهدید، یا منبع رقابت در اختیار دارد.

- انگیزه ← تحریک رشد زبان و رشد حرکتی

- طعم قدرت را نچشیده اند، خوشبین به آینده، رقابت جو و جاه طلب.

-



Middle Borns

ترتیب تولد

فرزند دهم:

رقابت با فرزند اول و الگو قرار دادن آن
اجتماعی
رشد بیشتر و موفقیت بالاتر
زیباتر

عدم نتیجه دهی تلاش ← ناامیدی

گنجی، گنجی، ۱۳۹۱ .
شولتز، ۱۹۹۰، ترجمه کریمی و همکاران، ۱۳۹۴



Last Borns

The Only Child

اثر ترتیب تولد :

فرزند آخر :

- هیچ گاه حس خلع شدگی را تجربه نمی کند.
- به دلیل رقابت با فرزندان دیگر ، رشد سریعی دارد در نتیجه خیلی توانمند است البته اگر نازپرورده باشد و دیگران کارهایش را انجام دهند با بزرگ شدن این درماندگی و وابستگی در او باقی می ماند .
- عزیز دردانه خانواده
- با سرعت زیادی رشد می کنند (توسط نیاز به جلو افتادن از خواهر و برادرهای بزرگتر تحریک می شوند)
- در بزرگسالی دست به هر کاری بزنند موفقیت زیادی کسب می کنند
- اگر توسط والدین لوس شوند در بزرگسالی فردی بی دست و پا و وابسته خواهند شد.

اثر ترتیب تولد :

تک فرزندی :

- چون زمان زیادی را با والدین سپری می کند خیلی زود بالنده می شود .
- در محیط خارج از خانواده چون مرکز توجه نیست ضربه ی شدیدی می خورد (پروچاسکا و نورکراس، ۱۳۹۵).
- همواره کانون توجه، دارای جایگاه برتر و قدرت همیشگی
- زود پخته می شوند، دارای رفتارها و نگرش های بزرگسال
- یاد گرفته اند نه تقسیم کنند و نه رقابت
- وقتی در زمینه زندگی خارج خانه کانون توجه نباشند دچار مشکلاتی می شوند.
- اگر توانایی آنها توجه و تایید کافی را برای آنها به ارمغان نیاورد، احساس ناامیدی خواهند کرد.



Last Borns The Only Child

Last Borns The Only Child



FIRST BORN

perfectionist
achiever
leader
bossy
responsible
motivated
conscientious
controlling
cautious
reliable



MIDDLE BORN

adaptable
independent
go-between
people-pleaser
can be rebellious
feels left out
peacemaker
social



LAST BORN

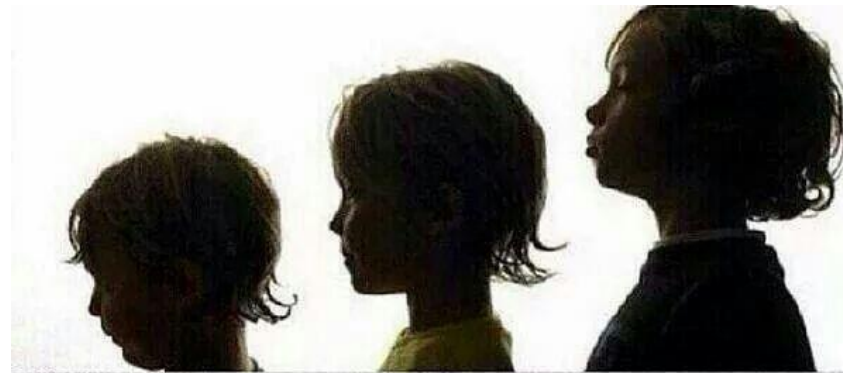
social
charming
outgoing
uncomplicated
manipulative
seeks attention
self-centered
fun



THE ONLY CHILD

confident
conscientious
responsible
perfectionist
center of attention
mature for their age
seek approval
sensitive
leader

اثر ترتیب تولد :



First	Middle	Last	Only
Natural Leader	Flexible	Risk-taker	Close to parents
High Achiever	Easy-going	Outgoing	Self-control
Organized	Social	Creative	Leader
On-time	Peacemakers	Self-centered	Mature
Know-it-all	Independent	Financially irresponsible	Dependable
Bossy	Secretive	Competitive	Demanding
Responsible	May feel life is unfair	Bored easily	Unforgiving
Adult-pleaser	Strong negotiator	Likes to be pampered	Private
Obeys the rules	Generous	Sense of humor	Sensitive

مشکلات همگانی و سبک های زندگی

مشکلات زندگی:

- مشکلات مربوط به رفتار
ما با دیگران
- مشکلات شغلی
- مشکلات مربوط به عشق
و محبت

سبک های زندگی برای حل و فصل این مشکلات:

- تیپ سلطه جو (غالب)
- تیپ گیرنده (متکی –
تلکه کن)
- تیپ دوری جو
(اجتنابگر)
- تیپ مفید به حال جامعه

تیپ سلطه جو:

نگرش سلطه جویانه
یا حاکم به همراه
آگاهی اجتماعی
اندک.

نوع افراطی:
آزارگر، بزهکار یا
جامعه ستیز

نوع کمتر خطرناک:
الکلی، معتاد به مواد
مخدر یا خودکشی)
آنها باور دارند با
حمله به خودشان به
دیگران صدمه
می زنند).

تیپ گیرنده یا متکی

رایجترین تیپ از نظر آدلر

توقع دارد دیگران اسباب رضایت وی باشند.

تیپ دوری
جو (اجتناب
گر)

تلاش نمی کند

با دوری جستن
از مشکلات از
احتمال شکست
اجتناب می کند

اصل سبک زندگی:

سبک سلطه گر : علاقه اجتماعی کم، خصومت گرا، احتمال بزهکاری و آزار دیگران

سبک گیرنده : (متکی تلکه کن)، رایج ترین ، گیرنده و وابسته

سبک اجتنابی : اجتناب از مشکل ، عدم توانایی مقابله ، عدم توانایی همکاری و تعاون

- سبک سودمند اجتماعی : سبک بهنجار ، احساس اجتماعی بالا، هدف در جهت جامع و دارای توانایی حل مشکل

این سه تیپ برای مقابله با مشکلات زندگی روزمره آمادگی ندارند. نمی‌توانند با دیگران همکاری کنند و تضاد بین سبک زندگی آن‌ها و دنیای عملی، رفتار نا بهنجار به بار می‌آورد که به صورت روان رنجوری‌ها و روان پریشی‌ها جلوه گر می‌شود. آن‌ها فاقد چیزی هستند که آدلر علاقه اجتماعی^۱ می‌نامد.

تیپ مفید به حال جامعه

تیپ مفید به حال جامعه

با دیگران همکاری کرده
و مطابق با نیازهای آنها
عمل می‌کند.

در چارچوب کاملاً رشد
یافته‌ی علاقه اجتماعی با
مشکلات مقابله می‌کند.



کارن هورنا ۱۸۸۵-۱۹۵۲

Karen Horney

مبنای تیپ شناسی هورنای

مبنای این تیپ شناسی مکانیزم‌های دفاعی در برابر اضطراب اساسی و احساس ناایمنی است.

مکانیسم دفاعی

- اضطراب اساسی مفهوم بنیادی نظریه ی هورنای است.
- "احساس فراگیر و مخفیانه ی تنهایی و درماندگی در یک جهان متخاصم" (هورنای، ۱۹۳۷)
- فرد سعی می کند در مقابل این اضطراب از خود دفاع کند.

این دفاع به چهار طریق تحقق می پذیرد :

(۱) **کسب محبت :**

فرد راهبردهای گوناگونی را برای کسب محبت بکار می گیرد چرا که اعتقاد دارد دیگران اگر مرا دوست داشته باشند به من صدمه نمی زنند.

(۲) **سلطه پذیری :**

فرد پیرو و مطیع خواسته های دیگران می شود و از مخالفت با دیگران اجتناب می کند . حتی در مقابل بی عدالتی ها از خود دفاع نمی کند. به نظر هورنای، چنین اشخاصی تصور می کنند که افراد از خود گذشته ای هستند (هورنای، ۱۹۳۷).

مکانیسم دفاعی:

(۳) کسب قدرت :

فرد با کسب قدرت ، درماندگی خود را جبران می کند چرا که معتقد است " اگر قدرت داشته باشد کسی نمی تواند به من آسیب بزند " (هورنای ۱۹۳۷).

در سه روش خود حمایتگر فوق فرد سعی می کند به نحوی با ارتباط گرفتن با دیگران با اضطراب اساسی کنار بیاید.

(۴) کنار گرفتن از دیگران :

منظور کناره گیری روانی است نه واقعی. فرد سعی می کند مستقل از دیگران عمل کند و برای ارضای نیازهای درونی و بیرونی اش به کسی متکی نباشد (شولتز، ۱۹۹۰).

تیپولوژی شخصیت :

- در ۱۹۵۴ ، هورنای گرایش‌هایی از روان رنجوری را معرفی کرد که شکل بسط یافته‌ی مکانیسم‌ها محسوب می‌شوند .
- افراد بهنجار نیز می‌توانند این گرایش‌ها را بکار ببرند با این تفاوت که افراد بهنجار به صورت **آگاهانه** گرایش‌ها را به کار می‌گیرند و در برابر تعارض های خفیف از آنها استفاده می‌کنند در حالیکه افراد روان رنجور وادار می‌شوند که دفاع‌ها را بکار بگیرند و تعارض‌هایی که تجربه می‌کنند شدید و حل نشدنی است(هورنای، ۱۹۵۰).

شخصیت تسلیم گرا: حرکت به سوی دیگران

- نیاز شدید به محبت و اتکاء به دیگران دارند.
- سعی می‌کنند مطابق انتظاراتها و خواسته‌های دیگران عمل کنند بنابراین سخاوتمند و ملاحظه کار به نظر می‌رسند.
- خود را مستحق سرزنش می‌دانند و به راحتی تسلیم دیگران می‌شوند.
- منبع تمام رفتارهای آنان ، احساس خصومت سرکوب شده ی خود فرد است (شاملو، ۱۳۹۱).

شخصیت پر خاشگر: حرکت علیه دیگران



- دنیا در نظر آنها متخاصم است و فقط میله‌گرترین مردم در آن زنده می‌مانند.
- به دیگران توجهی ندارند و بسیار خشن و سلطه جویانه رفتار می‌کنند.
- با پیشی گرفتن از دیگران و به رسمیت شناخته شدن از جانب آنان ارضاء می‌شوند (شاملو، ۱۳۹۱).

شخصیت گسسته:

- سعی دارند از نظر عاطفی از دیگران فاصله بگیرند.
- در زندگی خودکفا بوده و به کسی متکی نیستند.
- این افراد به هر آنچه آنها را تحت فشار قرار دهد یا متعهد کند حساس می باشند.
- نیاز شدیدی به برتری دارند ولی برای کسب برتری با دیگران رقابت نمی کنند (شاملو، ۱۳۹۱).



نام نظریه پرداز: اریک فروم (نظریه زیستی اجتماعی)



تیپولوژی شخصیت

- در نظریه ی فروم، شخصیت در جهت گیری منش انعکاس می یابد. یعنی روش نسبتاً پایدار فرد در ارتباط برقرار کردن با دیگران و اوضاع و احوال.
- فروم شخصیت را به این صورت تعریف می کند: « کل ویژگی های روانی فطری و اکتسابی که مشخصه ی فرد هستند و او را آدم منحصر به فردی می سازند » (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۳).
- مهم ترین ویژگی های اکتسابی شخصیت، منش است. فروم معتقد بود که منش، جایگزینی برای فقدان غرائز است.
- افراد با عمل کردن طبق صفات منش خود، می توانند به صورت ثمربخش و باثبات رفتار کنند (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۳).
- افراد به دو صورت می توانند با دنیا رابطه برقرار کنند: با کسب کردن اشیاء و استفاده از آنها (جذب) و با برقرار کردن ارتباط با خود و دیگران (جامعه پذیری).
- به طور کلی افراد می توانند با اشیاء و انسان ها به صورت «بی ثمر و ثمربخش» رابطه برقرار کنند.
- جهت گیری های بی ثمر: افراد می توانند چیزهایی را از طریق یکی از چهار جهت گیری بی ثمر به دست آورند: (۱- با دریافت کردن منفعلانه ی چیزها، ۲- با بهره کشی کردن یا به زور گرفتن چیزها، ۳- با امتکار کردن چیزها، ۴- با مبادله کردن چیزها) (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۳).

تیپ های شخصیت از منظر اریک فروم

تیپ ثمربخش : حالت ایده آل رشد انسان است

زنده گرا

هستی گرا

تیپ بی ثمر :

گیرنده

بهره کش

محتکر

بازاری

مرده گرا

مال پرست

تیپ ثمربخش

- تیپ ثمربخش: بیانگر توانایی‌ها در بکارگیری تمام قابلیت‌ها برای تحقق بخشیدن به استعداد و پرورش خود است، شخصیت ثمربخش 3: ایده آل و بیانگر اصل رشد انسان است (شولتز، ۱۳۸۸، ص. ۲۱۴).
- تیپ زنده گرا: عاشق زندگی، رشد کردن و آفریدن است. آنها سعی بر تأثیر گذاشتن بر دیگران نه با زور و کنترل، بلکه با عشق، منطق و الگو بودن هستند.
- تیپ هستی گرا: این افراد خود را برمسب آنچه هستند نه برمسب آنچه دارند توصیف می‌کنند، رقابت جو نیستند و توصیف آنها از احساس ارزشمندی از درون نشأت می‌گیرد نه از مقایسه کردن، اهل مشارکت هستند و بر زمان حال تمرکز دارند (شولتز- ۱۳۹۵ ص ۶۳۰).

تیپولوژی شخصیت

- فروم اصطلاح بی ثمر را برای اشاره به راهبردهایی به کار برد که نمی توانند افراد را به سمت آزادی مثبت و خودپرورانی نزدیک کنند. با این حال جهت گیری های بی ثمر کاملاً منفی نیستند، بلکه هر کدام جنبه‌ی مثبت و منفی دارند (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۳)
- تیپ شخصیت گیرنده: شبیه به تیپ شخصیت جذب دهانی فروید است که هردو با نوشیدن و خوردن ارضاء می شوند، این افراد بجای اینکه دوست بدارند نیاز دارند دوستشان بدارند و شدیداً وابسته هستند. این تیپ شبیه به تیپ حرکت به سوی مردم هورنای است.
- منش های گیرنده احساس می کنند که منبع تمام چیزهای خوب در بیرون از خود آنها قرار دارد و تنها راهی که^۱ می توانند با دنیا ارتباط برقرار کنند این است که چیزها را از جمله، عشق، دانش و اموال مادی را دریافت کنند. آنها بیشتر به فکر گرفتن هستند تا دادن (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۳).
- ویژگی های مثبت افراد گیرنده، وفاداری، پذیرش و اعتماد است. صفات منفی آنها شامل، انفعال، سلطه پذیری، نوکر صفتی و فقدان اعتماد به نفس است.
- تیپ بهره کش: این افراد با زور و میله گری از دیگران چیزی می خواهند و اگر چیزی آزادانه به آنها داده شود ارزشی ندارد، شبیه به تیپ پرخاشگری دهانی فروید است مثل تیپ مهاجم و رهبران فاشیست که می خواهند بر همه مسلط شوند^۲ منش های بهره کش معتقدند که منبع همه ی چیزهای خوب بیرون از آنهاست، اما برخلاف افراد گیرنده، به جای اینکه آنها را که دوست دارند به صورت انفعالی دریافت کنند، پرخاشگرانه می گیرند (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۳). آنها در روابط اجتماعی از میله گری یا زور استفاده می کنند.
- این افراد از جنبه‌ی منفی، خودخواه، از خود راضی، متکبر و اغواگر هستند. ویژگی های مثبت آنها شامل تکانشگری، غرور و اعتماد به نفس است، آنها فعال، گیرا و دلربا هستند (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۳).

تیپ محتر

تیپ محتر: فرد امنیت را از آنچه بتواند امتکار کند کسب می‌کند و این درمورد هیجان و افکارهم صدق می‌کند. ویژگی آنها نظم و سواسی درباره اموال و افکار و امساعات است. این تیپ به شخصیت نگهدارنده مقعدی فروید و تیپ جدای هورنای شباهت دارد.

منش های محتر به دنبال ذخیره کردن چیزهایی هستند که از قبل به دست آورده‌اند. آنها همه چیز را نگه می‌دارند و هیچ چیزی را از دست نمی‌دهند. آنها پول، امساعات و افکار را برای خودشان نگه می‌دارند (فیست، ۱۳۸۸، ص. ۲۳۱).

تیپ بازاری

تیپ بازاری: شخصیت فرد کالایی می‌شود که باید فروخته شود، ویژگیهای شخصی، مهارتها و دانش اهمیتى ندارد و ویژگیهای سطحى مثل لبخندزدن، دلیزیر بودن مثلاً برای رییس از خصوصیات درونى مهمتر است .

تیپ بازاری پدیده ای قرن بیستمى است که مشخصه‌های جامعه‌های سرمایه داری است. در یک فرهنگ بازاری به عقیده‌ی فروم، موفقیت یا شکست مردم بسته به این است که آنها به چه خوبی بتوانند خود را بفروشند. در واقع شخصیت یک فرد تبدیل به کالایی برای فروش می‌شود. آنچه مهم محسوب می‌شود این است که شخص تا چه اندازه بسته بندی خوبی برای ارائه ی خود داشته باشد. این جهت گیری باعث از خود بیگانگی افراد می شود(کریمی، ۱۳۹۰، ص. ۱۱۰).

تیپ مال پرست

تیپ مال پرست: شبیه شخصیت نگهدارنده مقعدهی فروید است که بصورت فسیس، یکدنده و منظم توصیف شده که بر پس انداز کردن و امتکار کردن اموال مادی تمرکز دارد.

- تیپ شخصیت مال پرست: معنی زندگی فرد به اموال و چیزهایی که در اختیار دارد، وابسته است. این افراد ارزش خود را بر حسب مقایسهی اموال خودشان با اموال دیگران تعریف می کنند. آنها بسیار رقابت جو هستند. فروم معتقد بود که این تیپ شخصیت شبیه شخصیت نگهدارنده مقعدهی فروید است (شولتز، ۱۳۸۸، ص. ۲۱۵)

- فروم در کتاب داشتن یا بودن معتقد است: هدف جامعهی آمریکا مطلقاً کسب ثروت و سودجویی است و به ندرت شکل بودن زندگی به چشم می خورد. بیشتر مردم داشتن را طبیعی ترین شکل هستی تلقی می کنند و حتی آن را تنها راه قابل قبول زندگی می دانند. این برداشت سبب گردیده که درک و فهم ماهیت بودن برای مردم دشوار شود و حتی متوجه نشوند که داشتن فقط یکی از جهت گیری های ممکن است (فروم ، ۱۳۸۲، ص. ۱۴۱).

- به نظر فروم « داشتن و بودن دو شرط اساسی تجربی است، که نیروهای آنها تفاوت بین منش های افراد و انواع مختلف منش اجتماعی را تعیین می کنند» (فروم، ۱۳۸۲، ص. ۲۳).

تیپ مرده گرا:

- فروم در کتاب خود با عنوان The Heart Of Man جهت گیری های مرده گرا و زنده گرا را معرفی کرد.
- تیپ شخصیت ا مرده گرا: مجذوب مرگ، جنازه، ویرانی، مدفوع و کثافت است. آنها دل مشغول گذشته و سرد و بی تفاوت هستند. آنها عاشق نظم و استفاده از زور و قدرت هستند. فروم باور داشت که هیتلر، نمونه ای از تیپ مرده گرا بود (شولتز، ۱۳۸۸، ص. ۲۱۵).
- افراد مرده گرا عاشق تکنولوژی هستند.

تیپولوژی شخصیت

• تیپ شخصیت 2 زنده گرا: عاشق زندگی، رشد، آفریدن و ساختن هستند. آنها سعی می کنند که با عشق و منطق بر دیگران تأثیر بگذارند (شولتز، ۱۳۸۸، ص. ۲۱۵)

شخصیت های 4 مال پرست و 3 هستی گرا: اینها در آثار بعدی فروم با عناوین داشتن یا بودن؟ و هنر زیستن مطرح شدند.

تیپولوژی شخصیت

- تیپ شخصیت 1 هستی گرا: افراد خود را بر مسب آنچه که هستند، نه بر مسب آنچه که دارند توصیف می کنند. چندان رقابت جو نیستند. از نظر فروم این افراد در زندگی مشارکت می کنند، بر زمان مال تمرکز دارند و با خود و جامعه روست هستند (شولتز، ۱۳۸۸، ص. ۲۱۵).
- تیپ شخصیت 2 زنده گرا: عاشق زندگی، رشد، آفریدن و ساختن هستند. آنها سعی می کنند که با عشق و منطق بر دیگران تأثیر بگذارند (شولتز، ۱۳۸۸، ص. ۲۱۵).
- به نظر فروم « داشتن و بودن دو شرط اساسی تجربی است، که نیروهای آنها تفاوت بین منش های افراد و انواع مختلف منش اجتماعی را تعیین می کنند» (فروم، ۱۳۸۲، ص. ۲۳).

مکانیسم های روانی

- ۱- خودکامگی: در تلاشهای مازوفیستی و سادیستی جلوه گر می شود. افراد مازوفیست به شیوه ضعیف و درمانده رفتار می کنند و با کمال میل تسلیم کنترل دیگران می شوند و با سلطه پذیری احساس تنهایی را کاهش می دهند، افراد سادیست با کنترل دیگران آنها را وابسته و استعمار می کنند.
- ۲- ویرانگری: در تمام جوامع مشاهده می شود و خصوصیات مثل عشق وطن پرستی، وظیفه شناسی نمونه بارز آن است.
- ۳- پیروی بی اراده: بیشترین اهمیت اجتماعی را دارد و از این طریق مثل دیگران می شویم و بدین وسیله تنهایی و انزوای ما بر طرف می شود و به قیمت فدا کردن خود است و خود کاذب جانشین خود واقعی می شود (گریز از آزادی- ۱۳۴۸ ص ۷۰).
- اریک فروم برای ارزیابی تیپ های شخصیتی از مشاهده و پرسشنامه استفاده می کند (شولتز- ۱۳۹۵ ص ۶۳۲).

هانس آيزنڪ



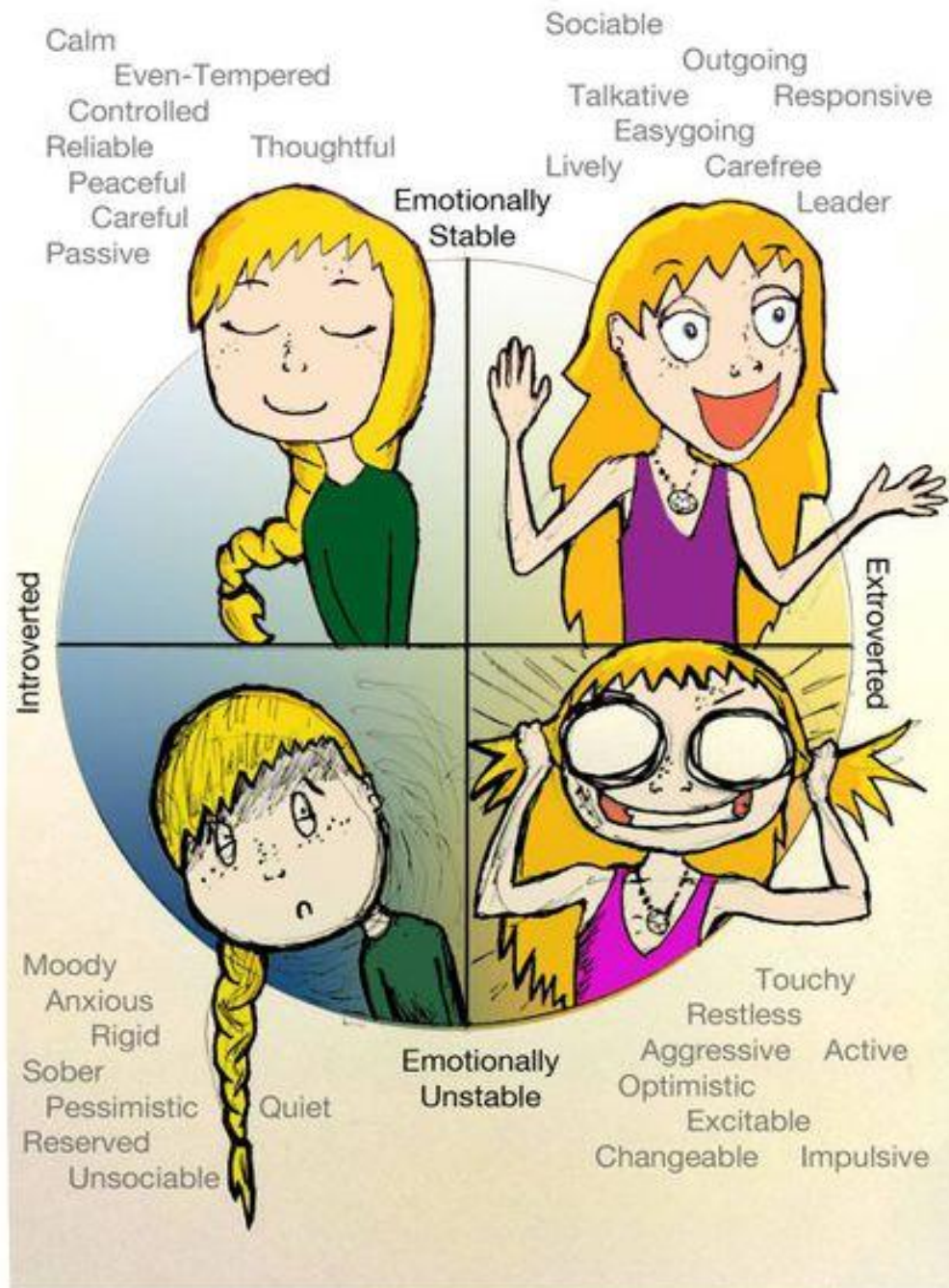
What did Eysenck contribute to psychology?

He developed the concept of neuroticism, arguing that it was a biological form of emotional instability. He frequently argued that much of personality is genetically determined and published several papers on this topic.

جنبه‌های علی شخصیت از نظر آیزنک

- کوشش آیزنک در این مبحث آن است که به کمک تحلیل عوامل ارثی و محیطی، علل زیربنایی اختلاف‌های شخصیت‌ها را بررسی کند و در این راه از یافته‌های فیزیولوژی، عصب‌شناسی، شیمی زیستی، قوانین توارث و علوه پایه دیگر کمک می‌گیرد.
- آیزنک روابط میان سنخ‌های ارثی و پدیداری در رشد شخصیت را چنین توجیه می‌کند که توازن و تعادل میان تحریک و بازدارندگی را بخش سرشتی شخصیت می‌داند و آن را همانند سنخ‌های ارثی می‌شمارد.
- او معتقد است که این جنبه سرشتی بر طبق قوانین وراثت مندل به ارث برده می‌شود. این سرشت فرضی با محیط در تعامل بوده و از طریق فرآیندهای تجربی، مانند شرطی شدن، ترصد^۱، خاطره پردازی^۲، دواهِ پس از تصویر^۳، رد مسی شکلی^۴ و غیره شکل می‌گیرد. (کریمی، ۱۳۹۴).

1. Vigilance
2. Reminiscence
3. After image duration
4. Figural after effect



تیپولوژی شخصیت

آیزنک تحقیقات خود برای تشخیص و تعیین تیپ های شخصیتی را رد طول جنگ جهانی دوم با ده هزار نفر سرباز انجام داد و سپس به کمک روش تحلیل عاملی دو تیپ شخصیتی؛ **برونگرا (E)** در مقابل **درونگرا و روان رنجور (I)** در برابر استواری هیجانی را تعیین کرد. و بعدها تیپ **یابعد روان پریش (P)** را نیز به آنها اضافه کرد (سیاسی، علی اکبر؛ روان شناسی شخصیت، ص ۳۰۸).

ابعاد شخصیت

- شاخص E: درونگرایی^۱ / برونگرایی^۲
- شاخص N: ثبات^۳ / بی ثباتی احساسی و هیجانی^۴ (روان رنجورخویی)
- شاخص P: اجتماعی^۵ / ضد اجتماعی بودن یا سایکوتیک بودن^۶
(سیاسی، ۱۳۹۷)

۱. Introversion
2. Extroversion
3. Stability
4. Neuroticism
5. Social
6. Psychotic

ابعاد شخصیت

- آیزنک هر سه عامل را به صورت بخشی از ساختار شخصیت بهنجار در نظر داشت. هر سه عامل دو قطبی هستند، به طوری که برون‌گرایی در یک انتهای عامل E قرار دارد و درون‌گرایی قطب دیگر را اشتغال می‌کند. همچنین، عامل N (روان‌رنجوری فوبی را در یک قطب و استواری را در قطب دیگر شامل می‌شود، و عامل P (روان‌پریشی را در یک قطب و عملکرد فراطود را در قطب دیگر دربر دارد.
- دو قطبی بودن عوامل آیزنک به معنی آن نیست که اغلب افراد در یک انتها یا انتهای دیگر سه قطب اصلی قرار دارند. هر عامل به جای دونمایی، به صورت یک نمایی توزیع شده است (فایست، ۱۳۹۵).

درونگرایان

- قدرت بیانیشان عالی است. معمولاً در کارها دقیق هستند. ولی برای کارهایی که انجام می‌دهند به قدر کافی ارزش قایل نیستند. گرایش به احساس مقارت در آنها زیاد است و برای ابتلا به دلوپسی، افسردگی و وسواس آمادگی بیشتری دارند (قلی‌زاده، ۱۳۷۶) رشد آنها عمودی است. بیشتر در خود فرو می‌روند. گوشه گیر و انزوا دوست هستند. بیشتر پایبند به سنت ها و اصول دیرین هستند. (سیاسی، ۱۳۹۷)



درونگرایان

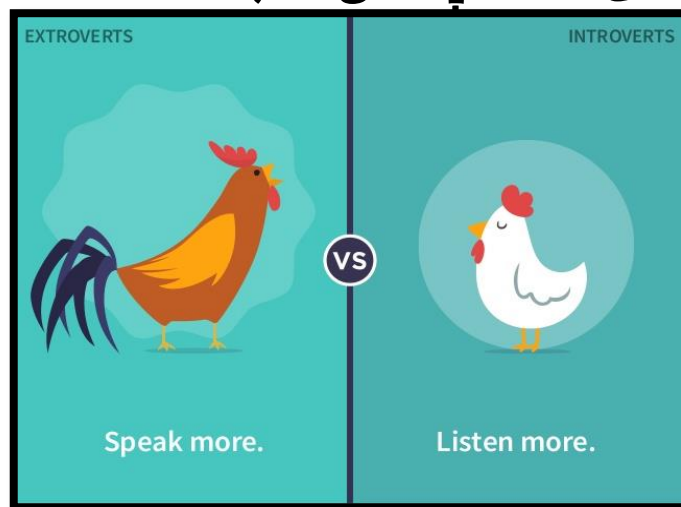
- مطالعات که در یک نمونه‌ی آماری در انجمن افراد مسن نشان داده که روان رنجوری با گزارش شخصی از سلامت همبستگی دارد در حالی که فرد از نظر آزمون‌های سلامت متفاوت است (اف. جرم و همکاران، ۱۹۹۲)
- تحقیقات در هر دو زمینه‌ی فیزیولوژی و روان‌شناسی پیشنهاد می‌دهند که نظریه‌ی آیزنک که اذعان دارد درونگراها شرطی پذیرترند باید با این فرضیه جایگزین شود که درونگراها نسبتاً به تنبیه و بی‌پاداش ناامیدکننده حساسترند (جفری، ۱۹۷۰).
- در مطالعه‌ای که بر روی بیماران پس از سکته‌ی مغزی ۲ ماه بعد از سکته مغزی و ۱۵ ماه پس از آن انجام شد معلوم شد که شخصیت درونگرا و افسردگی مستقلاً با افزایش مرگ و میر در این بیماران همراه است. (مریس، رینسن، سموئل، ۱۹۹۳)

پژوهش های در زمینه درونگرایی و برونگرایی

- مطالعاتی روی فجالتی بودن و درونگرایی که انجام گرفته است. در نمودار سلسله مراتب شخصیت، فجالتی بودن یک عامل اولیه است در حالی که درونگرایی و روان رنجوری در درجات بالاتر قرار می گیرند. در مقیاس آیزنک عوامل فجالتی بودن با روان رنجوری و درونگرایی تقریباً مشابه اند پس سافتار آنها باید در یک چهارچوب قرار گیرد. و عواملی که فقط فجالتی بودن را بررسی می کنند اجتماعی بودن و اعتماد به نفس هستند (بریجس، ۱۹۸۸).
- در مطالعه ای که در مورد درونگرایی و برونگرایی با استفاده از اشتراک شبکه های اجتماعی روی ۲۸۸ نفر انجام شد نتایج نشان داد که ارزش کسب شده در قصد خریدن اشتراک بسیار مؤثر است در حالی که رضایت چنین نیست. به علاوه برونگراها بیشتر به ارزش اجتماعی توجه می کنند در حالی که درونگراها بیشتر به احساس و ارزش خرید اهمیت می دهند (هسیو، ۲۰۱۰).

برونگرایان

- تحت تاثیر سیستم عصبی مرکزی هستند. استعداد آن‌ها برای تمرین پذیري کم است. آيزنک اين افراد را با مشخصه‌های جامعه طلبی، برانگیختگی، خوش بینی و نیاز به محرک و تغییر محیط تعریف می‌کند. برون‌گراها بسیار دچار تغییرات خلقی و پرفاشگری می‌شوند و معمولاً قابل اعتماد نیستند. به بودن در جمع علاقه‌مندند، از میهمانی‌ها لذت می‌برند و زیاد حرف می‌زنند. به کار و کوشش علاقه چندانی ندارند.



درون‌گرایان

- تحت تاثیر سیستم عصبی مرکزی هستند. استعداد سرشتی آن‌ها برای تمرین‌پذیری زیاد است. احساسات خود را به خوبی مهار می‌کنند و معمولاً کوشش می‌کنند تا از تمرینات، تخیلات و بسیاری از فعالیت‌های اجتماعی اجتناب کنند. خوددار، آرام و محتاط هستند. قابل اعتماد و غیر پرفاش‌گردد و برای هنرهای اخلاقی ارزش زیادی قایلند. کمتر محتاد به دود هستند. میزان هوششان بالاست (قلی زاده، ۱۳۷۶).

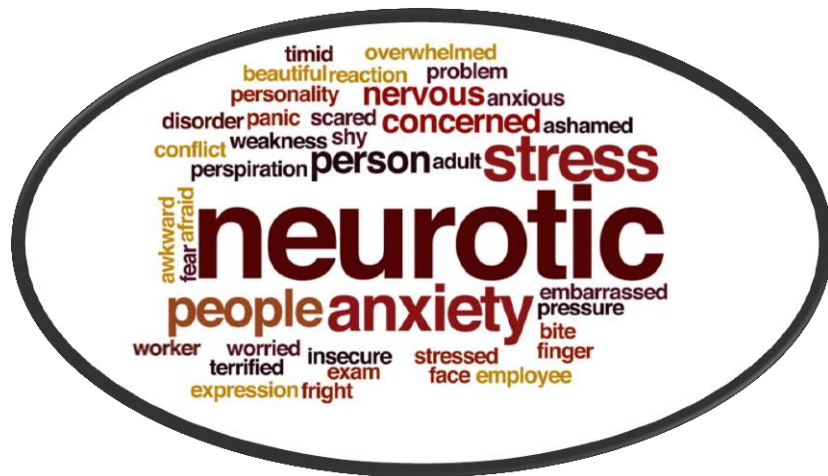


برونگرایان

- در کارهایشان شتاب‌زدگی وجود دارد. با دقت نیستند. گرایش بیشتری برای تظاهرات ناشی از هیستری دارند (دادستان، ۱۳۹۲)
- حساسیت کمتری در برابر محرک‌ها دارند، دمای مزاج اند، رشد بدنی آنها افقی است می‌توانند پای خود را برای مدت درازتری بلند نگاه دارند. آنها فاصله‌های زمانی را کوتاه‌تر از برونگرایان احساس می‌کنند و نیز بیش از این‌ها دود احتمال می‌کنند و سیگار را هم ترجیح می‌دهند. از کارهایی که در آنها احتمال خطر یا ضرر می‌رود روگردان نیستند. پایداری و استقامت ندارند. برای کارهایی که می‌کنند زیاده از حد ارزش قائلند. انعطاف پذیرند. شوخی و لطیفه را خیلی دوست دارند بخصوص اگر جنبه‌ی جنسی داشته باشد (سیاسی، ۱۳۹۷).

بی‌ثباتی احساسی و هیجانی (روان‌رنجورخویی)

از نظر آیزنک روان‌رنجورها ثبات هیجانی ندارند. برخی از آنها بی‌دلیل از برخی چیزها، مکان‌ها، آدم‌ها، فضاها یا از ارتفاع می‌ترسند برخی دیگر نیز وسواس‌های فکری یا اعمال اجباری دارند. مشخصه‌ی اصلی روان‌رنجورها نیز اضطراب بیش از حد آنهاست. اما برخی از روان‌رنجورها اضطراب و ترس شدید ندارند. جامعه‌ستیزان جز این گروه هستند (رایکمن، ۱۳۹۶).



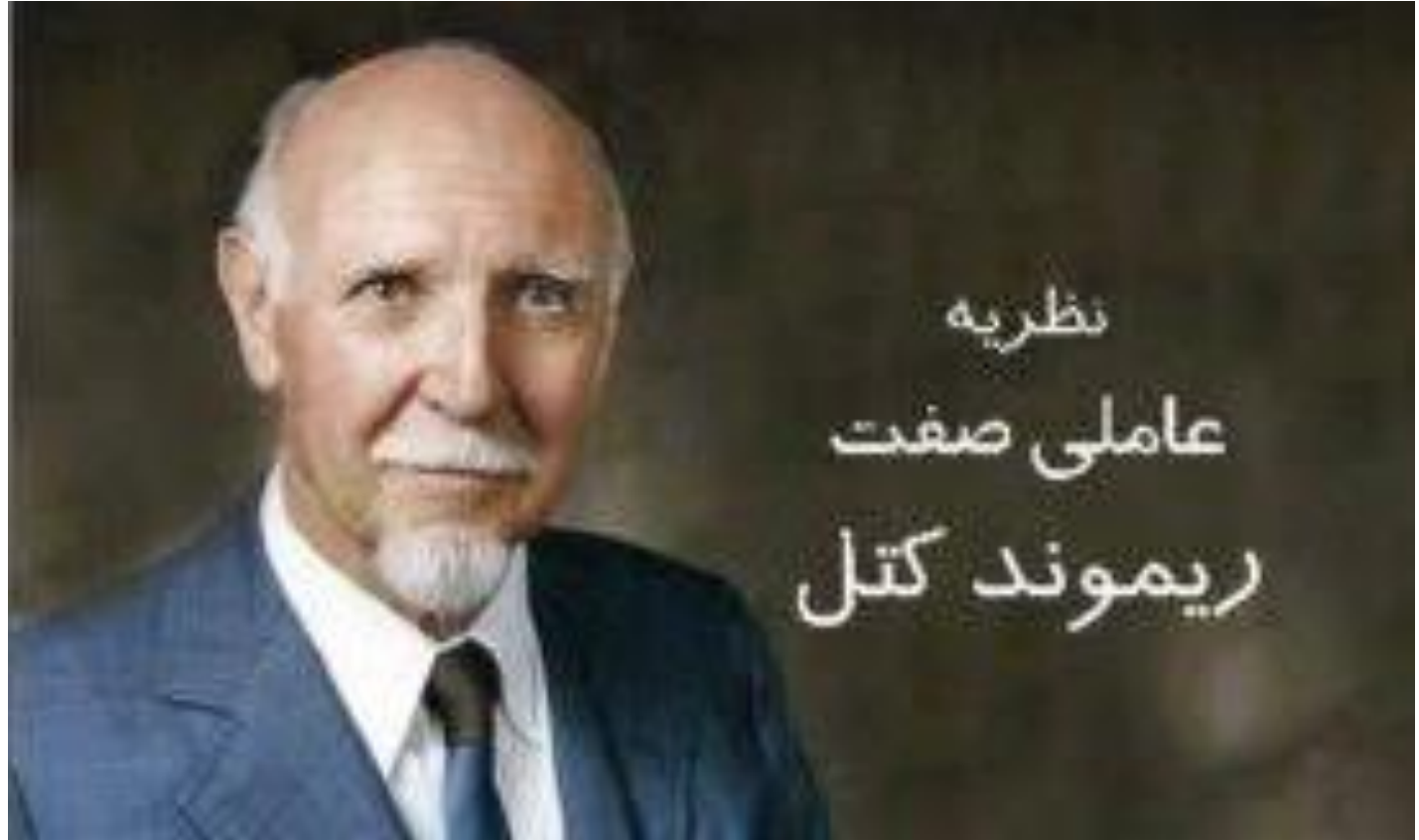
روانپزشان



سخت و دشوار هستند. از عهده‌ی نقاشی به واسطه‌ی آینه خوب برنمی‌آیند. در جمع (دن پی در پی ضعیف هستند. تمرکز حواسشان کم است، حافظه شان ضعیف است، به کندی چیز می‌خوانند و بطور کلی از نظر فهم و ادراک و اعمالی که تمرک لازم دارد بسیار کند هستند. بیشتر ساکن و بی حرکت می‌مانند، سطح آرزو و توقعشان کمتر با واقعیت تطبیق می‌کند و آمادگی ندارند به اینکه خود را با تغییراتی که در محیط زندگی روی می‌دهد سازش دهند (سیاسی، ۱۳۹۷) بطور کلی از لحاظ شدت اختلال با روان نژندها فرق دارند، روانپزش ها که شدیدترین نوع آسیب روانی را دارند، معمولاً دچار اسکیزوفرنی می‌شوند (رایکمن، ۱۳۹۶).

ریموند برنارد کتل

RAYMOND
BERNARD
CATTELL



تعریف شخصیت از نظر کتل:

- درحالی که اسپیرمن از تحلیل عاملی برای ارزیابی توانایی‌های ذهنی استفاده کرده بود، کتل تصمیم گرفت که این روش را در مورد ساختار شخصیت اجرا کند.

کتل جز یکی از عمده ترین روان شناسان است که به ابداع شیوه های تحلیل عاملی و تکوین شیوه های نوین تعیین سهم وراثت در شخصیت پرداخته . واز جمله کسانی بود که کوشید مباحث کیفر شخصیت شناسی را به سمت مباحث کمی سوق دهد .به عبارتی به روان شناسان کمک کرد تا شخصیت انسان را به نوعی مهندسی کنند. کتل شخصیت را چنین تعریف می کند:

همان چیزی است که پیش بینی کاری را که فرد در موقعیت خاص انجام خواهد داد امکان پذیر می‌سازد.

نظریه های شخصیت ،دوان پی،شولتز،مترجم :یمیی سید محمدی

پروفایل ۱۶ عاملی شخصیت کتل



فریدمن و روزنمن

نظریه ی الگوی رفتاری تیپ ۱

- شخصیت نوع A ، در دهه ی ۱۹۷۰ توسط میر فریدمن^۱ و ری روزنمن^۲ که هر دو متخصص قلب و عروق بودند معرفی و به عنوان یک عامل خطر بالقوه برای بیماری های قلبی شناخته شد.
- آنها به الگوی رفتار نوع A زمانی پی بردند که متوجه شدند صندلی های اتاق انتظار بیماران آنها خیلی زودتر از زمان فرض شده نیاز به ترمیم دارند.
- برخلاف بیماران معمول که صبورانه منتظر می مانند، به نظر می رسد که بیماران قلبی عروقی قادر به نشستن روی صندلی ها به مدت طولانی نبودند و روکش دسته های صندلی ها را کنده بودند. آنها تمایل به نشستن در لبه ی صندلی داشتند و اغلب در حال نشست و برخاست بودند.
- فریدمن و روزنمن این رفتار را شخصیت نوع A نامگذاری کردند.

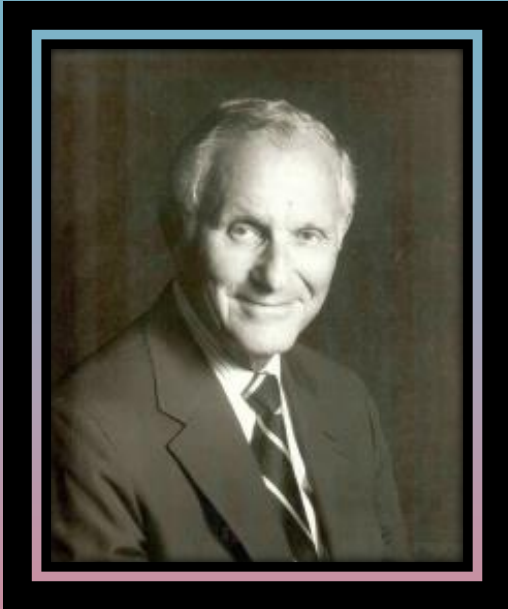
1. Meyer Friedman
2. Ray Rosenman

میر فریدمن



- در شهر کانزاس آمریکا در ۱۳ ژوئیه ۱۹۱۰ متولد شد.
- در سال ۱۹۳۱ از دانشگاه ییل با مدرک کارشناسی فارغ التحصیل شد و در دانشکده پزشکی جان هاپکینز به تحصیل خود ادامه داد.
- او در سال ۱۹۳۵ مدرک پزشکی خود را به دست آورد و سالهای ۱۹۳۶ تا ۱۹۳۸ را به اتمام تحصیلات تکمیلی خود در بیمارستان مایکل ریس در ایلینوی گذراند (وایس، فریدلند و جرالند، ۲۰۱۴)
- تاسیس موسسه تحقیقات قلب و عروق هارولد بران
- فریدمن در سالهای بعد زندگی خود اذعان داشت که او الگوی رفتاری نوع A دارد و کسانی که او را می شناختند، او را این گونه توصیف می کردند.

ری روزنمن



- در سال ۱۹۰۲ در شهر آکرون آمریکا چشم به جهان گشود.
- او مدرک کارشناسی و پزشکی خود را از دانشگاه میشیگان دریافت کرد و در اواخر جنگ جهانی دوم یک کاپیتان سپاه پزشکی ایالات متحده بود.
- در طول ۴۵ سال فعالیت حرفه ای، او نتایج تحقیق خود را در بیش از ۲۰۰ جلسه انجمن تحقیقاتی ارائه داد و از او دعوت شد تا بیش از ۷۰۰ سخنرانی در بیمارستان ها، مدارس پزشکی، جوامع پزشکی و دیگر گروه های علمی در هر ایالت آمریکا ارائه دهد.
- همراه با میر فریدمن، روزنمن بنیان گذار نظریه ی شخصیت های نوع A و B و نویسنده ی دوم کتاب «رفتار نوع A و قلب شما^۱» بود که موفق به دریافت جایزه از انجمن نویسندگان پزشکی آمریکایی شد.
- در ۳۰ می ۲۰۱۳ پس از ابتلا به یک بیماری سخت، درگذشت (American Physiological Society, 2013).

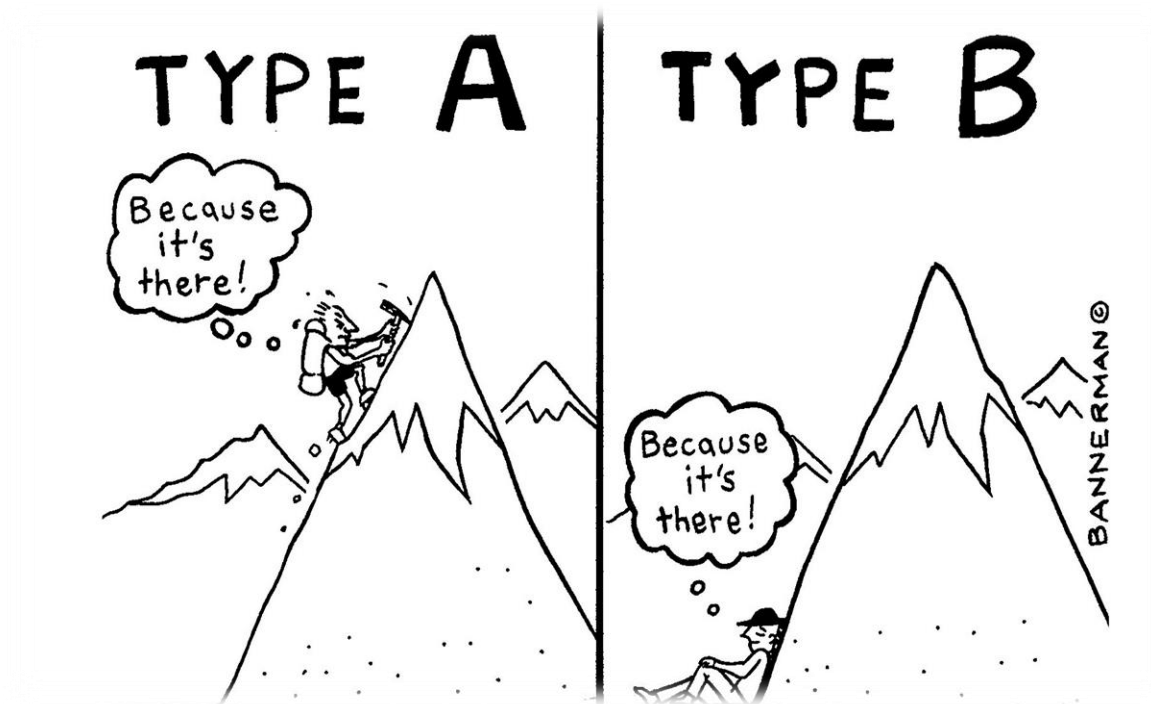
نظریه ی الگوی رفتاری تیپ A (Type A Behavior Pattern)

- فردی که دارای الگوی رفتاری تیپ A است، از نظر شخصیتی فردی است که « به صورت تهاجمی درگیر مبارزهای مداوم و پی در پی در جهت نایل شدن به حداکثر پیشرفت در حداقل زمان است که برای دستیابی به چنین درخواستی، ضرورت دارد که مقابل اشیا و افراد همیشه جبهه گیری کند.» (فریدمن، روزمن، ۱۹۷۴).
- این افراد نیاز بسیار شدیدی برای کنترل کردن، به خصوص برای کنترل کردن افراد و محیط زندگی خود دارند.

معمولاً وجود یک سری از رفتارهای مختلف، افراد تیپ A را تعریف و متمایز می‌کند که این رفتارها شامل عوامل زیر است (فرس و چاپلین، ۱۹۹۷) :

- (۱) گذر زمان را به طور خیلی سریع درک می‌کنند.
- (۲) عملکرد فوبی در انجام کارهایی که نیاز به واکنش و پاسخ تأخیری است ندارند.
- (۳) فعالیت فشرده و نزدیک به حداکثر ظرفیت خود دارند.
- (۴) برای ملاقات‌ها و قرارهای مختلف معمولاً زودتر از دیگران می‌رسند.
- (۵) در هنگام برانگیختگی پرخاشگر و عصبانی می‌شوند.
- (۶) گزارش کمتری از خستگی و علائم جسمی دارند.
- (۷) تمایل شدید خود به تسلط به محیط فیزیکی و اجتماعی اطراف خود دارند.
- (۸) تمایل به فعال بودن و کار زیاد دارند (نصیری و شریفی، ۱۳۹۲).

فریدمن و روزنمن افرادی را که فاقد این خصوصیات بودند، به عنوان تیپ B معرفی کردند. این افراد برخلاف تیپ A نسبت به دیگران صبر و تحمل بیشتری دارند، آرام تر هستند، میزان کمتری از استرس را تجربه می‌کنند و سطح بالاتری از تصورات و خلاقیت را دارا می‌باشند(مک لیود، ۲۰۱۷). آن‌ها کمتر خشمگین می‌شوند و حتی در هنگام خشم، موقعیت را با واقع بینی بیشتر می‌پذیرند. این افراد دارای اعصابی آرام و راحتند، به ندرت سخن دیگری را قطع می‌کنند و با دقت، سخنان گوینده را می‌شنوند. استعداد کمتری نسبت به فشار دارند، اشتباهات خود را پذیرفته و آن‌ها را به منزله فرصت‌هایی برای آموزش تلقی می‌کنند و هیچ‌گاه نگران وقت نیستند.





- از نظر پاسخ و رفتار، الگوی رفتاری نوع A به سه عامل دسته بندی شده است که شامل رقابت جویی، پرخاشگری و احساس بی صبری و فشار زمان است.
- نوعی تفسیر انگیزشی در مورد تیپ A پیشنهاد شده است که ویژگیهای تیپ A را به گونه ای کاملاً معقول توجیه می کند.
- گلس (۱۹۷۷) استدلال کرده است که افراد تیپ A نیاز دارند به این که کنترل جنبه های با اهمیت محیط خودشان را به دست گیرند و آن را حفظ کنند. برای مردان، "محیط" عموماً به معنی نوع محیط پیشرفت یا کار است. برای زنان، ممکن است محیط به معنی محیطی بین فردی باشد (مک دوگال، دومبروسکی، و کرانتس^۴، ۱۹۸۱). هنگامی که اوضاع محیطی مس کنترل را کاهش می دهد، رفتارهای تیپ A از این افراد ظاهر می شود. به نظر می رسد این رفتارها نمایانگر تلاشی همه جانبه برای برقراری مجدد کنترل باشد.



- افراد تیپ A برای رسیدن به موفقیت به طور فعالی آگاهی خود را از محرک هایی که در انجام فعالیت هایشان دخالت میکند باز می‌دارند. این بازداری از خستگی یا حتی درد می‌تواند این امکان را به وجود آورد که این افراد خود را تا سر حد توانایی شان مورد فشار قرار دهند و در هنگام مواجهه با درد عملکرد بهتری داشته باشند. اما همین رفتار ممکن است باعث شود که این افراد نشانه های یک حمله ی قلبی قریب الوقوع را نیز نادیده بگیرند و خود را در معرض خطرات متعددی قرار دهند (کارور و شی یو، ۱۳۸۷).

- این استدلال سه جزء رفتاری الگوی A را توضیح می دهد. در موقعیتهای رقابت آمیز، رقابت و موفق شدن تقریباً به طور قطع آن موقعیتهای را تحت کنترل قرار می دهند. فشار زمان، و بی صبری نیز با نیاز به کنترل تناسب دارند. بی صبری حاکی از این احساس است که گویی شما در خطر از دست دادن کنترل هستید، حال آن که انجام کار بیشتر در زمان کمتر به شما کمک می کند تا همواره کنترل را حفظ کنید. پرخاشگری و خصومت نیز، در صورتی که رفتار پرخاشگرانه در جهت بازیابی کنترل عمل کند، ممکن است به موضوعات مربوط به کنترل مرتبط باشند (راس، ۱۳۸۶).

ارزیابی الگوی رفتاری A

- ویژگیهای تیپ A اکنون به دو طریق ارزشیابی می شود.
 - یک روش مصاحبه سافت داری است که در طی آن از فرد یک رشته سؤال درباره کار او، رقابتی بودن او، خصومت او و غیره پرسیده می شود (روزنمن، ۱۹۷۸). نمره گذاری مصاحبه تا مدودی بر محتوای پاسخها مبتنی است و حتی بیش از این بر پایه سبک پاسخ مبتنی است (کارور و شی یو، ۱۳۸۷؛ راس، ۱۳۸۶)
 - روش دوم سنجش تیپ A یک پرسشنامه ی گزارش شخصی است.
 - پرسش نامه ی زمینه یابی فعالیت جنکینز (JAS) : این پرسشنامه شامل ۵۴ سوال از فرد است که مشابه سوالات مطرح شده در مصاحبه ی سافتاری است. نکته ی مهم این است که این پرسش نامه سبک پاسخ گویی فرد را که جزو عوامل مهم برای تشخیص است را ثبت نمیکند (کارور و شی یو، ۱۳۸۷).



- یکی از موضوعات بحث برانگیز در پژوهش‌های مربوط به TABP و بیماری قلبی کرونری، دخالت صنعت تنباکو در این تحقیقات بوده است. مطالعه سال ۲۰۱۲ براساس جستجوی کتابخانه اسناد توتون و تنباکو، پیشنهاد می‌کند که روند نتایج امیدبخش اولیه ارتباط این دو متغیر و سپس رسیدن به یافته‌های مخالف، تا حدی مربوط به دخالت صنعت دخانیات در تحقیقات TABP بوده است و هدف این دخالت تضعیف کردن شواهد علمی در مورد سیگار کشیدن و سلامتی بوده است (پتیکورو، لی و مک کی، ۲۰۱۲).
- بعلاوه، بعضی از محققان معتقدند رفتار نوع A پیش‌بینی‌کننده‌ی بیماری قلبی عروقی نیست. بر طبق تحقیق رادفورد ویلیامز از دانشگاه دوک، مولفه‌ی پرفاشگری شخصیت نوع A تنها عامل خطرزای قابل توجه است (ویلیامز، ۲۰۰۱).



نظریه ۵ عامل بزرگ مک کری و کوستا

- از نظریه پردازان تحلیل عاملی شخصیت هستند.
- عامل روان رنجور فویی
 - عامل برون گرایی
- عامل انعطاف پذیری
 - عامل توافق پذیری
 - عامل وجدان

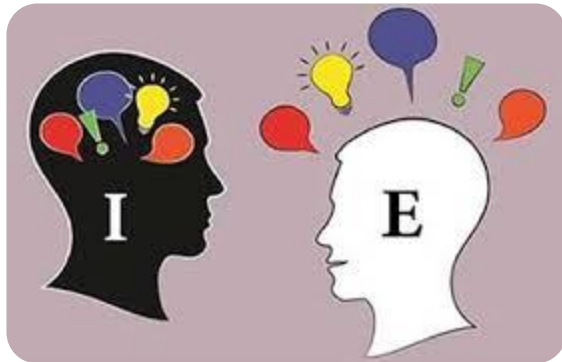
عامل روان رنجور خویی

عامل روان رنجور خویی: یکی از وسیع ترین ابعاد شخصیت که با سازگاری و ثبات عاطفی فرد مرتبط است. این عامل احساسات منفی را در بر می گیرد و با سلامت هیجانی و روانی به صورت منفی همبسته است (لاهتی و همکاران، ۲۰۰۸). افرادی که نمره بالا می گیرند، از نظر جسمی و روحی ضعیف تر هستند و باورهای غیر منطقی دارند و تکانشی عمل می کنند و در شرایط فشار روانی سازگاری کمتری نشان می دهند. در مقابل کسانی که نمره پایین می گیرند افرادی آراهم و راحت هستند که سازگار پذیرتر هستند و فشار روانی را بهتر تحمل می کنند (شاپوری، ۱۳۸۷).



عامل برون گرایی

عامل برون گرایی: برون گرایی در مقابل درون گرایی و به معنای آمادگی فرد برای ارتباط برقرار کردن با دنیای پیرامون و بیرونی است. این عامل با سلامت روان همبستگی مثبت دارد. کسانی که نمرات بالا دریافت می‌کنند، استرس را بهتر کنترل می‌کنند و هنگام مشکلات از دیگران بیشتر کمک می‌گیرند و رویدادهای مثبت بیشتری را تجربه می‌کنند (مک کری و جان، ۱۹۹۲). این افراد دنبال هیجان‌های مثبت و تمرین هستند و مضور در جمع را به تنهایی ترجیح می‌دهند (مک الروی و دود، ۲۰۰۷).



عامل انعطاف پذیری

عامل انعطاف پذیری: این عامل به معنای آمادگی فرد برای پذیرش تخییرات زندگی و تجارب جدید است. افرادی که نمره بالاتری دریافت می کنند هوش و ابتکار بیشتری دارند (تراپیانو، مک کری، برانت و کاستا، ۲۰۰۵) و تمایلات روشن فکرانه منصفی دارد (شولتز، ۱۳۸۸). افرادی که نمره پایینی می گیرند معمولاً محافظه کارتر و سنتی و مطابق قوانین و هنجارهای جامعه عمل می کنند و به اطلاعات آشنا و مرسوم بیشتر اعتماد می کنند (مک الروی و دود، ۲۰۰۷). این عامل تفکر واگرا را که با خلاقیت در ارتباط است، پیش بینی می کند (مک کری و کاستا، ۲۰۰۴).



عامل توافق پذیری

عامل توافق پذیری: این عامل به بررسی رابطه فرد با خود و دیگران می پردازد. این عامل هم مانند عامل برون گرایی بر گرایشات و تمایلات بین فردی تاکید می کند. نمره بالا نشان دهنده ی نوع دوستی و همدردی بیشتر و اشتیاق بیشتر برای کمک به دیگران می باشد. بالعکس نمره پایین نشان دهنده افراد خود محور، مظنون و اهل رقابت می باشد. این عامل هم فرد را به سمت سلامت روان سوق می دهد (گروسی، ۱۳۸۶).



عامل وجدان

عامل وجدان: این عامل به تفاوت‌های فردی در سازماندهی، اجرای وظایف، کنترل تکانه‌ها و طرح ریزی برای انجام رفتارها اشاره دارد. فرد وجدانی اهداف از پیش تعیین شده دارد و قابل اعتماد و مسئولیت پذیر هستند ولی افرادی که نمره پایین می‌گیرند فاقد اصول اخلاقی هستند و برای رسیدن به اهدافشان پیگیری نشان نمی‌دهند و نیاز به لذت طلبی و علاقه به امور جنسی در این افراد بیشتر از افراد باوجدان است (مک کری و کاستا، ۱۹۸۶، به نقل از شاپوری، ۱۳۸۷).



عامل روان رنجورخویی

اضطراب

افراد مضطرب معمولاً نگران یا مستعد نگرانی هستند و کسانی که دچار فوبیای خاص و اضطراب فراگیر هستند نمره بالاتری دارند. افرادی که نمره پایینی دریافت می‌کنند معمولاً در موقعیت‌هایی که بر طبق میل آن‌ها نیست، ستیزه جویی نمی‌کنند.

کینه ورزی خشمناک

گرایش فرد به تجربه خشم و حالت‌هایی وابسته به آن مانند درماندگی و ناکامی را نشان می‌دهد. به عبارتی فرد تا چه میزان می‌تواند احساس خشم خود را به صورت نهفته نگه دارد.

عامل روان رنجورخویی

افسردگی

در این جا به تفاوت های بهنجار بین فردی در تجربه کردن حالت های افسردگی اشاره می شود. اگر کسی نمره بالایی دریافت کند، استعداد احساس گناه، غم، ناامیدی و تنهایی را دارد. ولی نمی توان گفت افرادی که نمره پایین دریافت می کنند لزوماً سرفروش هستند.

هشیاری به خویشتن

اساس این بخش حالت هیجانی شرم، خجالت است. افراد با نمرات بالا معمولاً در سر به سر گذاشتن دیگران مساسیت بیشتری به خرج می دهند و مستعد احساس مقارت هستند و اضطراب اجتماعی بالایی دارند (فنیک اشتاین، شیر و باس، ۱۹۷۵). افرادی که نمره پایین می گیرند، ضرورت ها و مهارت های اجتماعی کافی و مناسبی ندارند.

عامل روان رنجورخویی

تکانشوری

آسیب پذیری استرس

تکانشوری به معنای ناتوانی در کنترل کنش ها و هوس هاست. نمره بالا به این معنی است که میل و خواهش افراد چندان قوی است که فرد نمی تواند مقابل آن مقاومت کند، هر چند که پس از رفع میل احساس پشیمانی کند. دقت کنید که تکانشوری به معنای خودجوش بودن و فطر پذیری و یا تصمیم گیری سریع نمی باشد.

نمرات بالا نشان می دهد که فرد نمی تواند به خوبی با استرس های روز مره کنار بیاید و در موقعیت های حساس و پر تنش آشفتگی و پریشان می شود.

عامل برون گرایی

صمیمیت

نمره بالا نشان دهنده ی این است که این افراد صادقانه دیگران را دوست دارند و به آسانی با دیگران رابطه دوستانه برقرار می کنند و در مقابل این افراد، کسانی هستند که کینه توز و بدون احساس همدردی هستند و به صورت رسمی و محافظه کارتر با دیگران رابطه برقرار می کنند.

جمع گرایی

افراد جمع گرا از بودن با دیگران لذت می برند و فعالانه سعی می کنند در موقعیت های اجتماعی شرکت کنند و از تنهایی اجتناب می کنند.

عامل برون گرایی

قاطعیت

نمرات بالا نشان دهنده این است که فرد مسلط، با تمکم و از نظر اجتماعی پیشرو است و نقش رهبر را در گروه برعهده می گیرند. این افراد به جای قرار گرفتن در ماشیه موقعیت های اجتماعی، معمولاً در مرکز اجتماعات قرار می گیرند.

جنب و جوش

کسانی که آهنگ سریع در حرکات دارند و پرنرژی و فعال هستند، نمره بالاتری در این زیر مقیاس دریافت می کنند. در مقابل افرادی که نمره پایین تری می گیرند، آهنگ حرکتی کندتری دارند و لی نمی توان گفت که این افراد تنبل و سهل انگار هستند.

عامل انعطاف پذیری

تخیل

این افراد معمولا تصورات روشن و زندگی تخیلی فعالی دارند و از تخیل به عنوان راهی برای ایجاد دنیای درونی زیبا و جالب استفاده می کنند. این افراد از تخیل برای غنا بخشیدن به زندگی خود و خلاقیت استفاده می کنند.

زیبایی شناسی

افرادی که نمره بالا کسب می کنند، به هنر و زیبایی علاقه دارند. این افراد لزوما هنرمند نیستند یا حتما سلیقه خوبی در انتخاب یک قطعه هنری ندارند بلکه علاقه آن ها به هنر موجب افزایش اطلاعات آن ها در زمینه هنری می باشد.

عامل توافق

نوع دوستی

نمرات بالا نشان دهنده سفاوت فرد و اشتیاق وی برای کمک به دیگران است اما افرادی که نمره کمتری دریافت می کنند خود محور هستند و خود را درگیر کارهای دیگران نمی کنند.

تبعیت

نشان دهنده ی واکنش فرد به موقعیت های تعارض بین فردی است. افرادی که نمره بالاتری می گیرند معمولاً پرخاشگری خود را کنترل می کنند و به فروتنی و تعادل معروف هستند.

عامل توافق

تواضع

این افراد منافع خود را به نفع منافع دیگران نادیده می گیرند و در مقابل افراد از خود راضی و متکبر قرار دارند.

نرمش در برابر دیگران

همدلی و توجه به دیگران را می سنجد و افرادی که نمره بالاتری می گیرند در جهت نیازهای دیگران فعال تر هستند اما افرادی که نمره کمی می گیرند کمتر تحت تاثیر شفقت و رحم قرار می گیرند.

عامل وجدان

شایستگی

شایستگی به احساس فرد به توانایی ها، عقل، تدبیر و تاثیر بر محیط باز می گردد. کسانی که آمادگی کافی برای مقابله با مسائل زندگی را دارند، نمره بالاتری دریافت می کنند. این بخش ارتباط زیادی با عزت نفس و اعتماد به نفس دارد.

نظم

افراد دارای نمره بالا دارای نظم و سازماندهی مناسب هستند. این ویژگی به صورت مرضی در افراد مبتلا به اختلال وسواس مشاهده می شود.

عامل وجدان

وظیفه شناسی

یعنی فرد نظارت وجدانی بر کارهای خودش دارد و به اصول اخلاقی پایبند هستند و به صورت افراطی به تعهدات خود عمل می کنند (مک کری و کاستا، ۱۹۸۶).

تلاش برای موفقیت

نمره بالا نشان دهنده سطح توقعات بالای افراد و هم چنین تلاش زیادی که برای تحقق این سطح از توقعات انجام می دهد، می باشد. این افراد معتاد به کار شناخته می شوند.

عامل وجدان

نظم درونی

بهتر است خود نظم بخشی ترجمه شود و معنای آن
علاقه درونی فرد برای ایجاد نظم و نظام در رفتار و
پیگیری امور است (کولیوند، ۱۳۹۳).

انعطاف پذیری

به معنای گرایش به تفکر دقیق پیش از عمل و نبود
انعطاف پذیری در برنامه ها و باشد. افرادی که نمره
بالا می گیرند، محتاط و انعطاف ناپذیر هستند.

عامل انعطاف پذیری

عواطف

افرادی که قدرت فوبی برای درک عواطف و هیجان های شخصی دارند و حالات هیجانی متمایز بیشتری را تجربه می کنند در این بخش نمره بیشتری دریافت می کنند.

کنش ها

اگر فرد نمره بالاتری در این بخش دریافت کند، به این معنا است که رویارویی با پدیده های جدید را موارد معمول و همیشگی ترجیح می دهد. در مقابل این افراد کسانی هستند که در مقابل تغییرات مقاوم هستند و موارد آشناتر و معمول تر را ترجیح می دهند.

عامل انعطاف پذیری

دیدگاه‌ها

کنجکاوی روشن فکرانه یکی از ابعاد گشودگی است (فیسک، ۱۹۴۹). این افراد مشتاق و علاقه مند به داشتن ذهنیت گشوده نسبت به نظریات غیر معمولی را دارند. نباید باز بودن را به معنای هوش بالا در نظر بگیریم، اگرچه به رشد هوشی فرد کمک می کند.

ارزش‌ها

یعنی فرد آمادگی بازبینی ارزش های اجتماعی، سیاسی و مذهبی را دارد. در مقابل افرادی که بسته هستند، نسبت به این موضوعات به منابع قدرت و عادات و رسوم اجتماعی متکی هستند و محافظه کارتر عمل می کنند (وکیچ، ۱۹۶۰).

عامل توافق

اعتماد

افرادی که فرض می کنند دیگران قابل اعتمادند نمره بالاتری دریافت می کنند و در مقابل افرادی هستند که نسبت به دیگران شکاک و بدبین هستند و دیگران را دروغگو و فطرناک فرض می کنند.

رک گویی

افرادی که خالص و بی ریا هستند نمره بیشتری می گیرند و در مقابل کسانی که سعی می کنند با تملق و چاپلوسی دیگران را فریب دهند و از گفتن حقیقت طفره می روند، نمره کمتری دریافت می کنند. ولی برخی به اشتباه از این رویه برای راستی آزمایی در فرایند مصاحبه و استفاده استفاده می کنند (خورسندی، ۱۳۸۹)

عامل توافق

نوع دوستی

نمرات بالا نشان دهنده سفاوت فرد و اشتیاق وی برای کمک به دیگران است اما افرادی که نمره کمتری دریافت می کنند خود محور هستند و خود را درگیر کارهای دیگران نمی کنند.

تبعیت

نشان دهنده ی واکنش فرد به موقعیت های تعارض بین فردی است. افرادی که نمره بالاتری می گیرند معمولاً پرخاشگری خود را کنترل می کنند و به فروتنی و تعادل معروف هستند.

منابع:

- ❖ جس فیست/ گریگوری فیست/ تامی آن رابرتس، نظریه‌های شخصیت، مترجم: یحیی سید محمدی. ۱۳۹۶، تهران. نشر روان.
- ❖ دوان پی شولتز/ سیدنی الن شولتز، نظریه‌های شخصیت، مترجم: یحیی سید محمدی. ۱۳۹۴، تهران. نشر ویرایش.
- ❖ بی.آر. هرگنهان، تاریخ روان شناسی، مترجم: یحیی سید محمدی. ۱۳۸۹، نشر ارسباران.
- ❖ دوان پی شولتز/ سیدنی الن شولتز، تاریخ روان شناسی نوین، مترجم: علی اکبر سیف، حسن پاشا شریفی، خدیجه علی آبادی، جعفر نجفی زند. ۱۳۹۰، نشر دوران.
- ❖ پروین/جان، شخصیت، نظریه و پژوهش، مترجم: محمد جعفر جوادی، پروین کدیور. ۱۳۹۵، نشر آبیژ.

فهرست منابع و مآخذ

- شفیع آبادی، عبدالله و ناصری غلامرضا، ۱۳۸۷، نظریه های مشاوره و روان درمانی تهران مرکز نشر دانشگاهی
- شیلینگ، لوئیس ۱۹۸۴، نظریه های مشاوره ترجمه خدیجه آرین، ۱۳۸۲، تهران نشر اطلاعات
- شارف، ریچارد اس، نظریه های روان درمانی و مشاوره ترجمه ی مهرداد فیروز بخت، ۱۳۸۱، تهران موسسه خدمات فرهنگی رسا.
- شولتز، دوان و شولتز سیدنی الن، نظریه های شخصیت، ترجمه ی یوسف کریمی ۱۳۷۸، تهران، نشر ارسباران
- پروچسکا، جیمز و نورکراس ۱۹۹۹، نظریه های روان درمانی ترجمه یحیی سید محمدی، ۱۳۸۶، تهران انتشارات رشد

- فیضی، جسی و فیست، گرگوری جی ۲۰۰۲، نظریه های شخصیت ترجمه یحیی سید محمدی، تهران، ۱۳۸۶، نشر ویرایش
- رحیمیان، حوریه بانو، ۱۳۸۱، نظریه ها و روشهای مشاوره و روان درمانی، تهران، انتشارات مهرداد،
- شولتز، دوان، شولتز، سیدنی الن ۱۹۹۸، نظریه های شخصیت ترجمه یحیی سید محمدی ۱۳۸۴، تهران، نشر ویرایش
- کریمی، یوسف، ۱۳۸۰، تاریخچه و مکاتب روان شناسی تهران، نشر پیام نور،
- ناصحی، عباسعلی و رئیسی، فیروزه، ۱۳۸۶، مروری بر نظریات آدلر، فصلنامه تازه های علوم شناختی، سال ۹، شماره ۱، ص ۵۵ تا

۶۶

• ویکیپدیا

سپاس از
توجه شما

