

ضمیمهٔ کتاب
روان شناسی شخصیت



فصل ۱: مقدمه‌ای بر روان‌شناسی شخصیت

صفحه ۱۷، تیتیر «برخی از تعاریف مهم شخصیت»، شماره ۴، خط هفتم، متن زیر جایگزین شود:

اکثر سازوکارهای روان‌شناختی از سه مؤلفه اصلی تشکیل شده‌اند:

۱- **درون داد:** جرقه اولیه یا اتفاقی که در ذهن یک فرد می‌افتد (می‌تواند یک فکر، یک احساس، یک خاطره یا یک اتفاق بیرونی باشد). مانند فکرکردن به این که می‌خواهم در کنکور قبول بشوم یا دیدن یک پست اینستاگرامی در مورد موفقیت دیگران در کنکور.

۲- **قواعد تصمیم‌گیری:** ذهن براساس عقاید، باورها، تجربیات گذشته و شخصیت هر فرد، تصمیم می‌گیرد که با آن «جرقه اولیه» چه کار کند. در مورد مثال کنکور قواعد تصمیم‌گیری هر فرد می‌تواند با دیگری متفاوت باشد:

آدم باانگیزه و منظم: پس باید یک برنامه دقیق بچینم و کتاب‌های مفید بخرم.

آدم مضطرب و منفی‌باف: من که نمی‌تونم، رقابت خیلی سخته، اصلاً پول کتاب رو از کجا بیارم؟ و بعد تصمیم می‌گیرد هیچ کاری نکند. آدم عمل‌گرا: بذار همین الان برم و از یک مشاور کنکور وقت بگیرم.

۳- **برون داد:** کاری که در نهایت انجام می‌دهید یا احساسی که در نهایت پیدا می‌کنید.

کلمه درون‌روانی در توضیحات مورد ۴، بولد نیست.

صفحه ۱۷، تیتیر «برخی از تعاریف مهم شخصیت»، خط قبل از مورد ۵:

درون‌روانی (Intrapsychic) به معنای «در ذهن» است.

صفحه ۱۷، تیتیر «ضرورت و فایده مطالعه روان‌شناسی شخصیت»:

خودشناسی (Self-awareness)

صفحه ۲۸، تیتیر «ابعاد برداشت از انسان»، انتهای مورد اول، متن زیر اضافه شود:

دیدگاه فروید درباره انسان، به سمت **جبرگرایی** گرایش دارد (همانند رفتارگراها و کتل) و برعکس آن انسان‌گراها اراده آزاد را قبول دارند. برداشت یونگ از انسان کاملاً متفاوت با برداشت فروید است. یونگ دیدگاه جبرگرایانه نداشت ولی در عین حال به تأثیرپذیری بودن شخصیت از تجربیات کودکی و کهن‌الگوها اعتقاد داشت. در رابطه با موضوع طبیعت-تربیت، موضع آمیخته‌ای داشت.

صفحه ۲۸، تیتیر «ابعاد برداشت از انسان»، انتهای مورد دوم، متن زیر اضافه شود:

فروید تصویر بدبینانه از انسان‌ها را توصیف کرد نه خوش‌بینانه، زیرا انسان همیشه درگیر تعارض و اضطراب است. فروید در رابطه با موضوع طبیعت-تربیت میانه‌رو بود.

نظریه شخصیت جورج کلی، برداشت خوش‌بینانه و حتی دل‌پذیری از ماهیت انسان ارائه می‌دهد.

آلپورت دیدگاهی خوش‌بینانه از بزرگسال ارائه می‌دهد که بر زندگی خود کنترل‌هوشیار دارد و درباره موضوع اراده آزاد در برابر جبرگرایی، موضع معتدلی داشت.

برداشت آدلر از ماهیت انسان خوش‌بینانه است زیرا معتقد است ما به وسیله نیروهای ناهوشیار برانگیخته نمی‌شویم.

برداشت هورنای از ماهیت انسان خیلی خوش‌بینانه‌تر از فروید است.

برداشت هنری موری و اریک فروم و اریک اریکسون از ماهیت انسان خوش‌بینانه بود.

سؤالات اضافه‌شده به فصل اول:

سؤالات کنکور کارشناسی ارشد

۱) کدام مورد وجه اشتراک عمده بین دو دیدگاه روان‌شناختی وجودی و انسان‌گرایی را نشان می‌دهد؟ (مشاوره ۱۴۰۳)

۱) آزادی انتخاب ۲) تحول خویشتن ۳) تمایل به نوع دوستی ۴) گرایش به کمال طلبی

۲) در نگاه کلی فروید به ماهیت انسان، کدام یک از جنبه‌های شخصیت انسان به ترتیب از اهمیت کمتر و بیشتری برخوردار هستند؟ (روان‌شناسی بهداشت ۱۴۰۴)

۲) تعادل - بدینی

۱) جبرگرایی - تجربیات گذشته

۴) رشد - طبیعت

۳) خوش بینی - جبرگرایی

پاسخ تشریحی سؤالات کنکور کارشناسی ارشد

۱) گزینه ۱

جبرگرایی یعنی همه چیز از قبل تعیین شده و اراده آزاد یعنی هر فرد آزاد است و حق انتخاب دارد. فروید و اسکینر معتقد بودند انسان‌ها اختیاری از خود ندارند یا تحت تأثیر گذشته خود هستند یا توسط نیروهای محیطی کنترل می‌شوند. برعکس آن انسان‌گراها هستند که اراده آزاد را قبول داشتند و در سرتاسر گفته‌هایشان به این مورد به طور مداوم اشاره می‌کردند که انسان مسئول سرنوشت خویش است. وجه اشتراک وجودگراها همچون فرانکل با انسان‌گراها نیز در همین نکته است که فرانکل در کتاب انسان در جست‌وجوی معنا می‌گوید؛ ما این آزادی را داریم که معنی آنچه را که انجام می‌دهیم و آنچه تجربه می‌کنیم، بیابیم.

۲) گزینه ۴

با نگاهی به گزینه‌های سؤال، گزینه ۳ یعنی «خوش‌بینی-جبرگرایی» بهترین پاسخ برای این سؤال به نظر می‌رسد؛ زیرا همان‌طور که در کتاب هم می‌خوانیم فروید به جبرگرایی روانی اعتقاد داشت؛ به این معنا که باور داشت هیچ رویدادی تصادفی یا اتفاقی نمی‌باشد. از طرفی دیگر، فروید دیدگاهی منفی درباره ماهیت انسان داشت. از نظر او، انسان موجودی خشن، خودمحور و تکانشی است و معتقد است که اگر تأثیر بازدارنده اجتماع و اعمال نفوذ فراخود نبود، بشر به خودتخریب‌گری روی می‌آورد. به این ترتیب، متوجه می‌شویم که خوش‌بینی، جایی در نظریه فروید ندارد و به همین دلیل این گزینه چندان نمی‌تواند گزینه صحیحی باشد. براساس کلید سازمان سنجش گزینه ۴، یعنی «رشد-طبیعت» پاسخ صحیح این سؤال خواهد بود. در توضیح این گزینه باید گفت، همان‌طور که از کلیت نظریه فروید بر می‌آید، رشد شخصیت مراحل مشخصی دارد که هرکسی باید از آن‌ها عبور کند. هرکدام از این مراحل یک تعارض را در بر دارد که نحوه حل و فصل آن از جانب شخصی، ابعاد مختلف شخصیت فرد را تعیین می‌کند. به این ترتیب، می‌توان نتیجه گرفت که در نظریه روان‌کاوی علت اصلی تفاوت‌های فردی، شیوه هر فرد در حل و فصل تعارضات در هریک از مراحل رشد شخصیت است و پیامد نهایی گذر از همه این مراحل، شکل‌گیری شخصیتی کامل است. از آنجا که تمام این اتفاقات در دوران کودکی رخ می‌دهد، می‌توان عبارت معروف «کودک، پدر بزرگسال است» را مبین یکی از اندیشه‌های مهم فروید تلقی کرد. همچنین، الگویی که فروید از ماهیت انسان ارائه می‌کند، بر مفهوم انرژی روانی مبتنی است که موتور حرکت تمامی فعالیت‌های انسان به شمار می‌رود. به عقیده فروید منبعی از انرژی در درون هر فرد وجود دارد که این منبع انرژی و انگیزش انجام یا انجام‌ندادن بعضی از رفتارها را توجیه می‌کند. منبع اصلی انرژی روانی، نیروهای فطری قدرتمندی (غرایز) هستند که همه انرژی مورد نیاز نظام روانی انسان را تأمین می‌کنند. تقسیم‌بندی اولیه فروید از غرایز هم‌سو با نظریه تکاملی داروین بود. براساس این توضیحات، متوجه می‌شویم که به نوعی فروید در مجادله «تربیت در برابر طبیعت» به قدرت طبیعت توجه بیشتری داشته و به همین دلیل است که گزینه ۴ به عنوان پاسخ درست این سؤال معرفی شده است.

فصل ۲: نظریه روان‌کاوی فروید

صفحه ۳۹، تیتراژ «تعریف دیگری از اضطراب از نظر فروید»، انتهای نکته، متن زیر اضافه شود:

نظریه اول: در سرکوب (به دلیل غیرقابل قبول بودن تکانه) انرژی لیبیدو تخلیه نمی‌شود. این انرژی بلوکه شده به صورت اضطراب خودمختار ظاهر می‌گردد.

نظریه دوم: ایگو یک تهدید را از طرف نهاد، فرامن یا دنیای بیرون پیش‌بینی می‌کند. ایگو یک سیگنال اضطراب هشداردهنده تولید می‌کند، این اضطراب به عنوان یک زنگ خطر، ایگو را وادار می‌کند تا مکانیسم‌های دفاعی مانند سرکوب را به کار گیرد.

صفحه ۴۰، تیتراژ «راه‌های دفاع در مقابل اضطراب»، مثال‌های زیر اضافه شوند:

فرار از موقعیت تهدیدکننده: یک دانشجو که برای ارائه کنفرانس در کلاس بسیار مضطرب است (ترس از تحقیر شدن یا شکست)، ممکن است به طور ناگهانی خود را به مریضی بزند و از حضور در کلاس فرار کند. در اینجا، ایگو با حذف فیزیکی خود از موقعیت اضطراب‌آور، سعی در کاهش اضطراب دارد.

اطاعت از وجدان: فردی به شدت تمایل دارد که در اظهارنامه مالیاتی خود تقلب کند (تکانه ای از «نهاد»). اما «فرامن» یا وجدان او این عمل را غیراخلاقی می‌داند و باعث ایجاد اضطراب (به شکل احساس گناه) می‌شود. برای کاهش این اضطراب، ایگو تصمیم می‌گیرد که به طور کامل از قوانین اخلاقی اطاعت کند.

جلوگیری از نیاز غریزی: یک فرد متأهل ممکن است نسبت به یکی از همکاران خود احساس کشش و تمایل شدیدی (نهاد) پیدا کند. این تکانه برای «ایگو» تهدیدکننده است چون احتمال به هم خوردن زندگی و سرزنش اجتماعی را در پی دارد و باعث اضطراب می‌شود. بنابراین، ایگو به طور ناخودآگاه سعی می‌کند با جلوگیری از این نیاز، اضطراب را کم کند؛ مثلاً با دیررسیدن به جلسات یا تغییر موضوع صحبت وقتی آن همکار حضور دارد.

استفاده از مکانیسم دفاعی: کودکی که مورد بدرفتاری والدین قرار گرفته است، ممکن است خاطرات این حوادث دردناک را به طور کامل سرکوب کند. زیرا یادآوری آن‌ها برای «ایگو» غیرقابل تحمل و اضطراب‌زا است. سال‌ها بعد، این فرد ممکن است بدون اینکه دلیل واضحی به خاطر داشته باشد، در روابط صمیمی دچار اضطراب شدید شود. اضطراب اصلی از بین نرفته، بلکه فقط از حیطه هوشیاری خارج شده است.

صفحه ۴۱، تیتراژ «نکاتی مهم درباره مکانیسم‌های دفاعی»، خط ششم، قبل از جمله (فروید معتقد بود که تمام رفتارها، دفاعی هستند)، متن زیر اضافه شود:

گرچه مکانیسم‌های دفاعی بهنجار هستند و همه از آن‌ها استفاده می‌کنند، اما اگر به افراط کشیده شوند، منجر به رفتارهای وسواسی، مکرر و روان‌رنجور خواهند شد.

فصل ۳: نظریه پردازان روابط شیء و روان شناسی خود

صفحه ۶۴، تیتراژ «ملانی کلاین»، خط هفتم، جمله زیر اصلاح شود:

برخلاف فروید که روی ۵ سال اول زندگی تأکید داشت، کلاین به ۵ تا ۶ ماه اول زندگی اهمیت می داد. به عقیده کلاین نوزادان با یک استعداد ارثی برای کاهش اضطراب متولد می شوند.

فصل ۴: روان‌شناسی تحلیلی کارل گوستاو یونگ

صفحه ۱۰۶، تیتراژ «تصور یونگ از ماهیت انسان»، حذف شود:

محتوای این قسمت در تیتراژ «ماهیت انسان» در صفحه ۱۰۵ شرح داده شده است.

صفحهٔ ۱۳۹، تیتر «گرایش‌های رشد نادرست اریکسون»، جدول زیر اضافه شود:

مرحله	روش مقابله کردن	بدرشدی
دهانی - حسی	اعتماد	ناسازگاری حسی
	بی‌اعتمادی	کناره‌گیری
عضلانی - مقعدی	خودمختاری	لجاجت و کله شقی و قیحانه
	شرم - تردید	وسواس و بی‌اختیاری
حرکتی - تناسلی	ابتکار عمل	بی‌رحمی
	احساس گناه	بازداری
نهفتگی	سخت‌کوشی	خبرگی محدود
	حقارت	تنبلی و لختی
نوجوانی	انسجام هویت	تعصب
	سردرگمی نقش	انکار و طرد
جوانی	صمیمیت	بی‌بندوباری جنسی
	انزوا	منحصربه‌فرد بودن
بزرگ‌سالی	زاینده‌گی	گسترش افراطی
	رکود	طرد و بی‌اعتنایی کردن
پختگی و پیری	انسجام خود	گستاخی
	ناامیدی	تحقیر کردن

صفحه ۱۷۵، تیتراژ «خاطرات قدیمی»، جدول زیر اضافه شود:

خاطرات قدیمی و موضوعات سبک زندگی	
اولین خاطره مربوط به مدرسه	نگرش‌هایی نسبت به موفقیت، تسلط و استقلال
اولین خاطره مربوط به تنبیه	نگرش نسبت به صاحبان قدرت
اولین خاطره مربوط به خواهر یا برادر	دلیلی برای رقابت با خواهر - برادر
اولین خاطره خانوادگی	عمل کردن در موقعیت‌های اجتماعی
واضح‌ترین خاطره از مادر	نگرش‌هایی نسبت به زنان
واضح‌ترین خاطره از پدر	نگرش‌هایی نسبت به مردان
خاطره فردی که او را تحسین می‌کنید	مبنایی برای الگوهای نقش
شادترین خاطره	مبنایی برای نحوه‌ای که قوی‌ترین نیازهای شما خوب ارضا شده‌اند.

صفحه ۱۷۵، تیتراژ «تحلیل رؤیا»، جدول زیر اضافه شود:

وقایع رؤیا و معانی نهفته آن‌ها	
واقعۀ رؤیا	تعبیر به شیوۀ آدلر
فلج‌بودن	روبه‌رو شدن با مشکلات حل‌نشده
امتحانات	آماده‌نبودن برای موقعیت‌ها
پوشیدن لباس‌های نامناسب	آشفته‌بودن به خاطر اشتباهات
موضوعات جنسی	عقب‌نشینی از مسائل جنسی یا اطلاعات نامناسب درباره مسائل جنسی
خشم	سبک زندگی عصبانی یا خصمانه
مرگ	مسائل حل‌نشده درباره فرد متوفی

صفحه ۳۶۷، بعد از تیتراژ «ویژگی نیازها»، تیتراژ متن زیر اضافه شود:

فرانیاها و فراآسیبها

مزلو برای توصیف تفاوت نیازها در افراد خودشکوفایستی از فرانیاها را معرفی می‌کند. فرانیاها، به جای موضوعات هدف خاص، حالت‌های هستی مانند خوبی یا احسان، بی‌همتایی و کمال هستند. ناکامی در ارضای فرانیاها منجر به فراآسیب می‌شود که از رشد کامل شخصیت جلوگیری می‌کند. در واقع، فراآسیبها به افراد خودشکوفای اجازه نمی‌دهند تا استعداد خود را نشان دهند و آن را به کار ببندند. ناکامی در فرانیا پرماگی، کلیت، جامعیت منجر به تجربه افسردگی، ناراحتی و بی‌علاقگی به دنیا می‌شود. در جدول زیر لیست تمام فرانیا و فراآسیب‌های آن را مشاهده می‌کنید.

فرانیاها یا ارزش‌های برتر	فراآسیبها
حقیقت	بدگمانی، بدبینی و شک‌گرایی
خوبی	نفرت، بیزاری، انزجار، اتکا بر فقط خود و برای خود
زیبایی	زشتی، بی‌قراری، بی‌ذوقی و ماتم‌زدگی
وحدت، انسجام	ازهم‌پاشیدگی
دوگانگی-تعالی	تفکر سیاه/سفید، تفکر این یا آن و نظری ساده‌انگارانه درباره زندگی
شادابی، پیش‌رفتن	بی‌حرکی، آدم‌وارگی، خویشتن را کاملاً تعیین شده احساس کردن، فقدان هیجان و شور در زندگی و پوچی تجربی
بی‌همتایی	فقدان احساس خویشتن و فردیت و خود را قابل مبادله یا گمنام احساس کردن
کمال	ناامیدی، نداشتن چیزی برای تلاش کردن در جهت آن
الزام	هرج و مرج و پیش‌بینی ناپذیری
تکمیل، قاطعیت	ناقص بودن، ناامیدی، دست‌کشیدن از تلاش و مقابله کردن
عدالت	خشم، بدبینی، بی‌اعتمادی، بی‌قانونی و خودخواهی کامل
نظم	ناامنی، محتاط بودن، فقدان امنیت و پیش‌بینی‌پذیری و نیاز به تحت حفاظت بودن
سادگی	پیچیدگی مفرط، سردرگمی، گیجی و فقدان جهت
پرماگی، کلیت، جامعیت	افسردگی، ناراحتی و بی‌علاقگی به دنیا
سهولت	خستگی، فشار، ناشیانه بودن، دست‌پاچگی، خشکی و سفت
شنگولی	رنج و مشقت، افسردگی، جدی بودن پارانوئید، فقدان شور و نشاط در زندگی و اندوه‌باری
خودپسندگی	واگذار کردن مسئولیت به دیگران
معناداری	بی‌معنایی، یأس، بی‌معنی بودن زندگی

فصل ۲۴: نظریه شخصیت‌شناسی هنری موری

صفحه ۳۹۸، بعد از تیتیر «فهمیدن»، نکته زیر اضافه شود:

نکته: همه از تمام این نیازها برخوردار نیستند.

صفحه ۴۰۱، تیتیر «مراحل رشد»، خط سوم، جمله زیر جایگزین شود:

به عقیده موری، چون همه افراد مراحل رشد یکسانی را می‌گذارند، این پنج عقده را نیز تجربه می‌کنند.

صفحه ۴۰۱، تیتیر «مرحله فضای بسته»، خط چهارم، در انتهای جمله نوع ضد فضای بسته یا خروجی..... این جمله اضافه شود:

این حالت ترس از خفه شدن و حبس را شامل می‌شود.

صفحه ۴۰۱، تیتیر «مرحله دهانی»، در ابتدای پاراگراف متن زیر جایگزین شود:

موری معتقد بود مرحله دهانی (که در آن کودک دنیا را از طریق دهانش کشف می‌کند) می‌تواند منجر به شکل‌گیری سه نوع «عقده» یا

تیپ شخصیتی متفاوت در بزرگ‌سالی شود.

(۱) عقده مساعدت دهانی یا مهرطلبی دهانی (oral succorance complex)، که مشخصه‌های آن فعالیت‌های دهانی، گرایش‌های

منفعله‌اند (نافعال)، نیاز به حمایت و مورد تأیید قرار گرفتن هستند. نموده‌ها و تجلی‌های رفتاری آن عبارت‌اند از: مکیدن، خوردن، آشامیدن،

بوسیدن، همدلی، حفاظت، محبت، عشق و تشنه محبت بودن.

صفحه ۴۰۱، تیتیر «مرحله مقعدی»، متن زیر به این بخش اضافه شود:

هنری موری معتقد بود نحوه برخورد والدین با آموزش توالت‌رفتن، تأثیر عمیقی روی شخصیت کودک در بزرگ‌سالی می‌گذارد و دو تیپ

شخصیتی کاملاً متضاد را ایجاد می‌کند:

(۱) عقده طرد مقعدی: این عقده مربوط به کودکانی است که والدینشان در آموزش توالت‌رفتن، سخت‌گیری نمی‌کنند یا حتی به

آن بی‌تفاوت هستند.

(۲) عقده نگهدارنده مقعدی: این عقده در نقطه مقابل قرار دارد و مربوط به کودکانی است که والدینشان در آموزش توالت‌رفتن بسیار

سخت‌گیر و منضبط هستند.

صفحه ۴۰۲، تیتیر «مرحله تناسلی (اختگی)»، در انتها متن زیر اضافه شود:

از نظر موری، این ترس از قطع شدن آلت و خیال‌پردازی در دوران کودکی، از استمنای کودک (خودارضایی) و تنبیه والدین که ممکن است

همراه آن باشد ناشی می‌شود. این ترس بیشتر یک نگرانی دوره کودکی است که به خاطر تنبیه والدین در برابر خودارضایی در کودک به

وجود می‌آید. به عبارت دیگر، این والدین هستند که به طور غیرمستقیم این ترس را در ذهن کودک ایجاد می‌کنند.