



ایجاد شخصیت برتر

نویسنده: فرزین نجفی پور

یکی از عوامل موفقیت در زندگی روزمره، ارائه شخصیت مناسب در اجتماع است. انسانی که از نظر دیگران متشخص و با اخلاق مناسب اجتماعی باشد همواره مورد احترام تمامی اقشار جامعه قرار خواهد گرفت. از سوی دیگر انسان بی شخصیت و یا دارای شخصیت‌های متفاوت نه تنها مورد اعتماد جامعه نخواهد بود بلکه مواردی از قبیل عدم اعتماد به نفس، تضاد برخورد با دیگران، بی‌ثباتی اعتماد به خود در مواقع حساس و چندین موارد دیگر باعث تزلزل دائم در زندگی او خواهد شد.

از آیتم‌های مهمی که بیشتر روانشناسان بر آن تاکید دارند و به گونه‌های مختلف آن را مطرح می‌نمایند حفظ شخصیت اصلی هر شخص و بازسازی آن با روش‌های مختلف می‌باشد. شخصیت‌سازی مناسب و الگو قرار دادن شخصیت‌های برتر در زندگی فردی، نقش بسیار مهمی در سالم‌سازی اخلاقی خانواده و اجتماع دارد.

چگونه می‌توان شخصیت‌سازی مناسب نمود؟ چگونه می‌توان در سالم‌سازی روابط اجتماعی دخالت داشت؟ آیا شخصیت هر شخص به اخلاق او وابسته است؟ آیا توان تغییر شخصیت و اخلاق در انسان وجود دارد؟ الگوهای داشتن یک شخصیت برتر چیست؟ عوامل مهم تخریب شخصیت کدامند؟ به زبان بسیار ساده، عکس‌عمل صادره در برابر عمل دیگران، چگونگی برخورد با اجتماع و محیط اطراف و نحوه برقراری ارتباط با دیگران را شخصیت انسان می‌گویند.

به گفته برخی از روانشناسان، شخصیت انسان در سن بلوغ آغاز و تا ۱۸ سالگی شکل می‌گیرد و برخی دیگر از محققین معتقدند که شخصیت انسان از سن حدود ۳ سالگی آغاز و تقریباً در سن ۱۵ سالگی به تکامل می‌رسد. این بدان معناست که شکل‌گیری شخصیت انسان به تربیت اولیه در خانواده و نحوه انتخاب دوست در دوران دبستان و راهنمایی و همچنین رفت و آمدهای خانوادگی و چگونگی ارتباط اجتماعی با همسایه‌های محل زندگی بستگی دارد. شکل‌گیری شخصیت در دوران اعلام شده یک قانون کلی و مطلق نیست. گاهی یک حادثه کوچک، یک صحبت غیر منتظره، یک برخورد بجا یا نابجا و دیگر موارد ممکن، می‌تواند بر شخصیت تثبیت شده انسانها اثر گذار بوده و کلاً آن را تغییر دهد بگونه‌ای که همواره این شخصیت جدید، تا پایان عمر همراه آن شخص باشد.

بررسی چگونگی پرورش شخصیت کودکان تا دوران بلوغ و یا ۱۸ سالگی یک بحث مهم و جالب است ولی در این قسمت در نظر نیست تا به این موضوع پرداخته شود. بررسی شخصیت‌های شکل گرفته و چگونگی محاسبه آن در خصوص خوب و یا بد بودن، و همچنین تغییر دادن شخصیت‌هایی که از نظر اجتماعی مورد انتقاد قرار دارد از موارد مورد بحث می‌باشد.

برخی از انسانها ، شخصیت را با اخلاق یکی دانسته و آن را تقریباً غیر قابل تغییر می دانند در صورتی که شخصیت انسان با اراده ، تفکر ، تمرین والگو سازی قابل تغییر و تثبیت است .

جهت تفکیک اخلاق از شخصیت به مثال زیر توجه کنید :

شخصی به هنگام رانندگی از کمربند استفاده می کند . انگیزه راننده از بستن کمربند می تواند بسیار متفاوت باشد . برای مثال می تواند به جهت ترس از جریمه صورت گیرد و یا به دلیل واقعی حفظ جان خود و یا جهت نشان دادن به دیگران که فرهنگ بستن کمربند را دارد و چندین دلیل دیگر . نتیجه بستن کمربند تحت هر انگیزه ای ، نجات جان راننده در مواقع خطر است . بستن کمربند همان شخصیت راننده است و انگیزه او برای بستن کمربند ، اخلاق آن شخص می باشد . با این مثال ساده متوجه می شویم که انسان می تواند دارای اخلاق نامناسب باشد ولی شخصیتش در جامعه خوب جلوه گردد .

اخلاق ، ماهیت درونی انسان را به نمایش می کشد در صورتی که شخصیت انسان نشان دهنده چگونگی برخورد با غیر خویش است . تغییر ماهیت درونی انسان بسیار دشوار است و بهتر است پس از شناخت اخلاق دیگران ، شرایط همزیستی با همان اخلاق بوجود بیاید . البته این جمله بدان معنا نیست که باید خودمان را برای همزیستی با دیگران تغییر دهیم بلکه باید پس از بررسی نیاز به ارتباط اجتماعی با شخص موردنظر، اوراباهمان شخصیتی که دارد پذیریم و با توجه به خطراتی که می تواند در ارتباط اجتماعی مان با آن شخص بوجود بیاید ، تدابیر لازم را بیندیشیم و در صورت امکان با رعایت موارد بیست گانه اعلام شده در ذیل ، شرایط ایجاد شخصیت مناسب را برای شخص مورد نظر نیز بوجود بیاوریم .

شناخت شخصیت خویش ، اولین گامی است که جهت اصلاح آن باید برداریم . جهت آشنایی باشخصیت تان ، به سولات زیر پاسخ دهید .

آیا پاسخی که به دیگران می دهیم و یا عکس عملی که از خود نشان می دهیم ، از روی آگاهی و مطالعه است یا براساس احساس ، تعصب ، عقب نشینی نکردن و دیگر عوامل مشابه ؟

آیا به هنگام شنیدن سخنان دیگران ، پاسخ را در ذهن پرورش می دهیم و یا اینکه مطالب و نظرات آنان را بطور دقیق مورد بررسی و تجزیه قرار داده و با آگاهی کامل و در صورت داشتن مطالعه مناسب پاسخگو می شویم ؟
آیا شخصیت تثبیت شده مان در مقابل ظواهر دیگران ، پول ، محیط های موقت غیر اخلاقی و حتی شخصیت های بسیار محبوب اجتماعی ، به سادگی تغییر می کند ؟

آیا در میهمانی های آن چنانی برای مناسب و همسان نشان دادن شخصیتمان با دیگر حاضرین ، تغییر موقت در شخصیت خویش بوجود می آوریم ؟

آیا برخوردهای روزانه مان حاصل نمایش شخصیت ما به دیگران است یا شخصیت واقعی ماست؟

آیا برخوردهای اخلاقی و اجتماعی خودمان را می پسندیم و حاضریم دیگران نیز همین برخورد را با ما داشته باشند ؟
آیا همیشه تصور می کنیم که بیشتر از حد و اندازه خود می دانیم و در خصوص درک مطالب ، عرفان ، عشق ، علم ، موضوعات اجتماعی ، مشکلات و غیره از کسانی که هم سن و هم تراز مان هستند ، بیشتر می فهمیم ؟

آیا توان شنیدن انتقادهای بنیادی از اخلاق و شخصیت خویش را داریم ؟

آیا جهت معرفی شخصیت خود بعنوان یک شخصیت برتر در جامعه تلاش می کنیم ؟
آیا با تحقیر شخصیت افراد ضعیف ، درصدد خوب جلوه دادن شخصیت خویش هستیم ؟
آیا تغییر محیط و حذف محدودیتهای اجتماعی تأثیری در شخصیت ما دارد ؟
آیا در صورت ایجاد شرایط انجام عمل غیر اخلاقی ، و نبودن شاهد جهت رسوا نمودن مان ، اقدامات غیر اخلاقی انجام می دهیم ؟
آیا در صورت آشکار شدن غلط بودن شخصیت تثبیت شده تان، اقدامات لازم جهت تغییر دائم آن را انجام می دهید ؟
آیا تصور می کنید که هر کسی که اخلاق مناسب و مورد پسند اجتماعی داشته باشد ، دارای شخصیت مناسب و همه پسند است ؟
آیا در صورتی که الگوی مناسبی برای شخصیت سازی در نظر گرفته باشید و الگوی انتخاب شده توسط شما به دلایلی مشکل شخصیتی و اخلاقی پیدا کند ، به شخصیت کسب شده تان نیز شک می کنید ؟
آیا در خصوص ارتباط اجتماعی با دیگران ، توانایی و یا ناتوانی طرف مقابل تان تأثیری در نحوه برخوردتان دارد ؟
آیا جهت مخفی نگه داشتن ضعف شخصیت تان ، ارتباط اجتماعی را کاهش داده و یا کلا قطع کرده اید ؟
آیا اگر شخصیت مناسب کسب کرده باشید ، نسبت به تثبیت آن اقدام می کنید ؟
آیا برایمان اهمیت دارد که دیگران چه تصویری از شخصیت ما دارند ؟
در صورتی که بدون جانب داری از خویش به سوالات فوق پاسخ صحیح داده باشید ، شخصیتتان برای خودتان مسجل و آشکار می گردد .
راه های کسب و پرورش شخصیت مناسب و اجتماع پسند بسیار فراوان است . یکی از این راه ها ، الگو سازی است .
الگو سازی نیز با چندین روش صورت می گیرد که دو روش مهم آن به قرار زیر است :
روش اول : ایجاد یک شخصیت مناسب در ذهن خویش ، برنامه ریزی برای رسیدن به چنین شخصیت تخیلی و اجرای گام به گام دستیابی به شخصیتی که در ذهنمان ایجاد نموده ایم . این شخصیت تخیلی ، ابتدا باید مورد ارزیابی دقیق قرار گیرد بگونه ای که اگر به آن شخصیت دست یافتیم ، از هر گزند منفی اخلاقی دور بوده ، بر دیگران تاثیر گذار باشیم ، در مقابل شخصیتهای نابسامان و پراکنده دیگران مصون مانده و برای دیگران الگوی مناسب گردیم .
روش دوم : پیدا کردن شخصی که دارای چنین خصوصیت مثبت و کارآمد باشد و سپس با تمرین و به صورت مرحله به مرحله به شخصیت انتخاب شده دست یابیم .
هر دو روش اعلام شده امکان پذیر است و هر کدامشان محاسن بسیاری بر دیگر روش اعلام شده دارد . در انتخاب شخصی که دارای شخصیت مناسب باشد باید بسیار دقت کنیم زیرا چه بسا کسانی هستند که با شخصیت ظاهری بتوانند "موانع شخصیتی" برای مان ایجاد نمایند .
بسیار کسانی هستند که چنین وانمود می کنند که قصد اصلاح اخلاق اجتماعی و شخصیت دیگران را دارند ولی به روشهای گوناگون و بسیار روانشناسانه ، بانی تخریب شخصیت و اخلاق دیگران می گردند . نمونه بارز آن را می توان در برخی از خوانندگان مشاهده کرد . جالب است که در تمام ترانه ها غربی و شرقی ، از یگانگی در عشق ، وفادار ماندن به عشق واحد ، ترد معشوقه خائن ، پاکدامنی و صداقت ، انتظار طولانی برای رسیدن به معشوقه دیرینه ، خیانت نکردن و مشابه اینها مطرح می گردد ولی نحوه مطرح نمودن آنها با مبتذلترین روش باعث می گردد تا

انسان دچار تردید در خصوص شخصیت خود گردد. شخص تردید یافته می بیند که بیان عشق واقعی، با ابتذال نیز امکان پذیر است لذا دچار خلاء در شخصیت شکل گرفته خود شده و تدریجاً تغییر رنگ می دهد و کاملاً تحت تاثیر الگوی جدید خود قرار می گیرد. این یک هشدار همیشگی برای انسان است که هر لحظه ممکن است شخصیت اصیل و واقعیش در معرض تهاجم فاسدین به ظاهر متمدن، در هر مقام و لباسی قرار گیرد. شخصیتی را می توان کامل و قابل بررسی دانست که با اخلاق مناسب همراه باشد و نتیجه بروز شخصیت، همواره سازنده باشد.

یک شخصیت شکل گرفته مناسب، هرگز تحت تاثیر عواملی از قبیل پول، زیبایی، مقام و وعده های بیجا قرار نرفته و به راحتی می تواند اخلاقی که نتیجه ای نامناسب به همراه دارد را شناسایی کند. علت اکثر لغزشهایی که دائماً انسان را تهدید می کند، مناسب و تثبیت نبودن شخصیت واقعی اوست.

تفکیک اخلاق درونی با شخصیتی که از دیگران به تصویر کشیده می شود دشوار است و برای دست یابی به این شناخت باید طرف مقابل شما در شرایط مختلف تحت سنجش قرار گیرد. با این وجود برخی مواقع نمی توان به هدف نهایی تفکیک اخلاق از شخصیت دست یافت. برای این منظور کافی است تا شخصیتی تثبیت شده و مناسب داشته باشیم تا با برخورد با شخصیت های مختلف دچار سردرگمی، استرس و انزوای درونی نشویم. شناخت تمامیت شخصیت خویش یکی از بهترین شیوه های خوب زندگی کردن در اجتماع است و عدم شناخت اخلاق و شخصیت دیگران نمی تواند خللی در روند معاشرت های اجتماعی بوجود بیاورد. زمانی صاحب یک شخصیت برتر خواهیم بود که:

- ۱- چهار چوب رفتار، گفتار و کردارهای اخلاقی را در اجتماع رعایت کنیم.
- ۲- هدف نهایی برای دستیابی به یک شخصیت مناسب را فراموش نکرده و با مشاهده هر شخصیتی، تضاد انتخاب در خود بوجود نیاوریم.
- ۳- همواره شخصیت تثبیت شده تان را کاملتر نموده، محاسن آن را مورد ارزیابی قرار داده و نسبت به تدریس چنین شخصیتی به دیگران فعال باشید.

۴- ترک اخلاقی های ناشایستی که در وجودتان احساس می کنید را به اطرافیان اعلام کنید تا خودتان را در محدودیت قرار دهید (برای مثال اگر قصد دارید تا دیگر سیگار نکشید، به تمام دوستان، همکاران و خانواده خود اعلام کنید تا اگر در شرایطی خاص مجدداً تمایل به سیگار کشیدن پیدا کردید، جهت حفظ گفتار و شخصیتتان در مقابل دیگران، مجبور به نکشیدن سیگار شوید. یادآور می شود که اگر عمل سیگار کشیدن شما در حضور دیگران صورت نگیرد، هر چند شخصیت شما در مقابل دیگران تضعیف نشده است ولی شخصیت ایده آل مورد نظرتان همچنان تثبیت نشده می باشد.)

۵- برای ایجاد دوستی و صمیمیت، حد و مرز مشخصی را معین کنید و در صورتی که شرایط دوستی باعث شود تا آن حد و مرزها شکسته گردد، سریعاً و بدون تردید نسبت به حفظ حرمت شخصیت خودتان اقدام نموده و در اولین گام ارتباط دوستانه تان را قطع و پس از رفع موانع بی حرمتی و با درایتی کامل و مدیریتی صحیح و در صورت صلاح دید، اقدام به برقراری دوستی مجدد نمایید.

۶- بپذیریم که شخصیت، نمایان کردن رفتارها و عکس العمل های درونی در جامعه است و یک ابزار برای برقراری ارتباط با دیگران. در این صورت کسی که شخصیت خویش را در نوع لباس، آرایش ظاهر، فرم مو، مد روز، ماشینهای شیک و گران قیمت، خانه های مجلل، مقام و جایگاه دنیوی، در اختیار داشتن جدیدترین تکنولوژی ها،

اشیاء نمادین ، حیوانات خانگی و امثال اینها می دانند ، نه تنها دارای شخصیت برتر نیستند بلکه با بهره گیری از موارد یاد شده سعی می کنند تا ضعف شخصیتی خویش را در مقابل دیگران پنهان کنند . کسی که دارای شخصیت برتر می باشد ، تلاش برای داشتن امکانات دنیوی را انجام می دهد ولی کسب و یا عدم کسب آن موارد ، تاثیری بر شخصیت او ندارد .

۷- خواهان آرامش محیط اطراف خود باشیم وبگونه ای رفتار کنیم که هرگز کسی نتواند آرامش درونی مان را با شیوه های مختلف مختل نماید. روشهای ایجاداختلال در آرامش درونی ازطرف دیگران می توانددبا ابراز محبت بیش از حد ، پرخاشگری مالکانه، تهدیدهای اخلاقی واجتماعی وبسیاری ازموارددیگرسورت پذیرد .

۸ - گفته ای را بدون علم و آگاهی کامل بیان نکنیم و گفته های دیگران را نیز تا اثبات حقیقی آن نپذیریم . برای نپذیرفتن گفته های غیرعلمی ، غیر اصولی و نابخردانه دیگران ، نیازی به جنگ لفظی نیست و بهترین شیوه برخورد با چنین افرادی ، ارائه روش منطقی و فلسفی برای رد گفتارشان است ویا در صورت تاکید بر مطالب بی پایه و اساس شان ، سکوت نموده و یا ترک محفل نمایید .

۹ - از تعریف و تمجید و یا تکذیب و رد شخصیت دیگران خودداری کنید و با این روش ، اخلاق درونیمان را از تملق و چاپلوسی و همچنین غیبت و زخم زبان زدن دور نماییم .

۱۰ - از ارائه شخصیت مرموز و ناشناخته در جامعه خودداری نموده صداقت را در رفتارهای روزانه مان پیشه کنیم .
۱۱ - شخصیت و اخلاق دیگران را باور کنیم و سعی در تغییر آن برای همسان نمودن با شخصیت و اخلاق خود نکنیم و همچنین جهت رضای دیگران ، اقدام به تغییر شخصیت و اخلاق درونیمان نیز ننمائیم . یکی از بزرگترین معضلات خانوادگی ، در باور نکردن شخصیت طرف مقابل و سعی در تغییر دادن آن است و گاهاً این تلاش با شیوه های نامناسب همراه است که نتیجه آن همواره تردید نسبت به یکدیگر و ایجاد جو ناسالم است .

۱۲ - قوانین و ضوابط اجتماعی را رعایت کنیم و به حقوق دیگران احترام بگذاریم و در صورتی که حقی از ما ضایع گردد نسبت به باز پس گیری آن با قاطعیت و در چهار چوب قانون و عرف اجتماعی و متناسب با شخصیت مان اقدامات لازم را بعمل آوریم . بخاطر داشته باشیم که باز پس گیری حقوق از دست رفته باید با شخصیت مثبت شده مان همسان باشد . اگر زیان وارد شده ، به اموال و دارایی هایمان بوده و این زیان وارده حاصل یک حادثه باشد ، بخشش بخشی از خسارات وارده کاری بسیار پسندیده است واگر از روی عمد و جهل دیگران صورت گرفته باشد ، بازپس گیری خسارات از راه قانون و مراجع ذی ربط بهترین شیوه می باشد و اگر شخصیت ، هویت و آبروی شخص هدف قرار گیرد ، برخورد قاطعانه ، مدبرانه و منطقی و آن هم در چهارچوب قانون جامعه و بدون هیچگونه بخشش و به اصطلاح کوتاه آمدن باید صورت گیرد . این قاطعیت در برخورد نه تنها بازتاب منفی در جامعه ندارد بلکه به خاطی و یا خاطیان می آموزاند که برای شخصیت دیگران ارزش قائل شوند و اقداماتی در خصوص هتک حرمت اشخاص انجام ندهند .

۱۳ - جهت بهینه سازی شخصیت خویش باید اجتماعی بوده و نقاط مثبت موجود در افراد مختلف جامعه را شناسایی کرده ، آن را بیاموزیم و با تمرین مکرر در خود تثبیت نماییم .

۱۴ - یقین بدانیم که علم ، ثروت و معنویت اشخاص از موارد اکتسابی است و تصور نکنیم که پیدایش فراوان آن در هر شخص ، معرف شخصیت والای اوست . و از سوی دیگر دلیلی نیست که تصور کنیم که انسانهای بیسواد ، فقیر و

- بی دین دارای شخصیت والا نباشند . ولی این نکته را باور کنیم که انسان با شخصیت ، و دارای علم و آگاهی ، موفقیت‌های فراوانی را کسب نموده و تاثیرگذارتر خواهند بود .
- ۱۵ - با افزایش آگاهی خود در زمینه علم ، دین ، حقایق و حوادث موجود در اطرافمان ، شخصیت خویش را تقویت نموده و ذهن خود را برای بهتر نمودن رفتارها و کردارها ، آماده تر و قوی تر سازیم .
- ۱۶ - کتابهای مطرح روانشناسان بزرگ دنیا را مطالعه نموده و نسبت به همسان نمودن عملکردهای اجتماعی مان با مواردی که در خور جامعه اطرافمان می باشد ، اقدام نماییم .
- ۱۷ - جهت اصلاح اخلاق درونی نیز باید موارد تایید شده شخصیتی را در مواقع تنهایی و بدور از نظر دیگران ، بطور مکرر تمرین نمود .
- ۱۸ - هرگز شخصیتتان را به شخصیت دیگران گره نزنید و اجازه ندهید تا دیگران نیز با پیوند دادن خودشان به شخصیت شما از موقعیتتان سوء استفاده نمایند .
- ۱۹ - هرگز شخصیتی نمایشی از خود نشان ندهید . جهت به نمایش کشیدن یک شخصیت جعلی باید به دروغ ، ریا ، ترفند و دیگر موارد مشابه دست بزنید لذا ایجاد یک شخصیت جعلی باعث تخریب اخلاق تان نیز خواهد شد و نهایتاً در جامعه بعنوان یک شخص بی ثبات مطرح خواهید شد .
- ۲۰ - از خصوصیات بارز و مهم شخصیت برتر می توان به مواردی مانند خود باوری ، اعتماد به نفس ، حفظ شادابی ، حفظ ایمان و تقوی ، افزایش وقار و متانت ، هوشیاری و زیرکی ، بازیچه قرار نگرفتن ، تحقیر نکردن شخصیت خود ، تلاش برای کسب علم و معرفت ، رعایت قوانین اجتماعی ، ایجاد زمینه برای داشتن آرامش روحی و روانی ، پذیرش موقعیت کنونی و تلاش برای کسب بهترین امکانات حلال ، تقویت حافظه و احترام به دیگران اشاره نمود .
- نظر و پیشنهادتان را برای ایمیل سایت ارسال نمایید .
- در صورتی که تمایل دارید تا مطالب علمی و فلسفیتان در این سایت قرار گیرد با ما تماس بگیرید .
- مدیریت سایت : فرزین نجفی پور