

## درس پنجم: ساختار اصلی شخصیت!!

### از فراگیر انتظار می رود در این درس:

- ۱- عناصر تشکیل دهنده شخصیت را بشناسد
- ۲- مراحل و جایگاه هر یک از عناصر را تشخیص دهد

اگرچه مدل مزاج ها یا طبایع چهار گانه توضیحات خوبی در مورد تیپ شناسی افراد مختلف می دهد اما سوال بنیادی ما را که دلیل و علت رفتار متفاوت آدم ها چیست بی پاسخ می گذارد.

یک روانشناس و عصب شناس مشهور اتریشی به روشی خاص و جالب ساختار شخصیت افراد را توضیح می دهد. البته در انتها خواهیم گفت که این نظریه در کلام ائمه در قالب یک حدیث کوتاه و دقیق بیان شده و این امر موید مطلبی است که خدمت شما خواهیم گفت.

او یکی از مشهور ترین نظریات در مورد شخصیت را ارائه داد و با تجربه به پیچیدگی موجود در این نظریه احتمالاً درک و استفاده کاربردی از آن در زندگی روزمره برای عامه مردم آن روزگار دشوار بود. ساختار اصلی شخصیت از دید او شامل سه عنصر اصلی بود: **نهاد، خود، فراخود**

او بر این باور بود که روان هر فرد توسط این سه عنصر ناخودآگاه کنترل می شود. علاوه بر این او معتقد بود هر کدام از این اجزاء تأثیر مشخصی روی یکدیگر دارند و از تأثیر آنها روی هم یک فرد شکل می گیرد. مشابه نظریه مزاج ها این روانشناس نیز اعتقاد داشت در صورتی که تعادل هر کدام از این سه جزء در روان فرد بهم بخورد، نتیجه آن ایجاد اختلال در شخصیت خواهد بود.

### نهاد: ((من آن را می خواهم بدون معطلی آن را به من بده))

نهاد از اصل لذت پیروی می کند. به طور کلی یک شخص به گونه ای رفتار می کند که در انتها به پاداشی برسد. نهاد ابتدایی ترین و غریزی ترین عنصر در بین سه جزء اصلی شخصیت است. به همین دلیل عملکرد آن برآورده کردن خواسته های اولیه مثل رفع گرسنگی، نیاز جنسی و به طور کلی هر نوعی از لذت است. نهاد به دنبال برآورده شدن خواسته اش به هر شکل ممکن و در اولین فرصت است.

یک مثال!

رفتار یک کودک نمونه کاملی برای شناختن مفهوم نهاد است. چون کودک در هر لحظه می داند چه می خواهد و فقط به برآورده شدن آن فکر می کند و برای رسیدن به آن همه جور تلاشی خواهد کرد، اگر هم به خواسته اش نرسد می زند زیر گریه. کودک رفتاری تکانشی و غریزی دارد و نمی تواند برآورده شدن خواسته اش را به تعویق بیندازد یا امیالش را کنترل کند. به مرور زمان کودک تجربه می کند، یاد می گیرد و می آموزد و همین باعث رشد جنبه هی دیگری به نام خود و فراخود در او می شود. مثلاً تصور کنید کودکی از شما بستنی می خواهد او می خواهد همین الان بستنی بخرد و احتمالاً نمی توانید برایش توضیح دهید، توجیه کنید یا از او بخواهید کمی صبر کند و خواسته اش را به تعویق بیندازد، کودک در این سن و سال درک کاملی از واقعیت ندارد. درست همینجاست که مفهوم خود و فراخود وارد میدان می شوند.

خود: ((من آن را می خواهم، اما چطور می توانم با در نظر گرفتن واقعیت های موجود به آن برسیم؟))

ما به مرور زمان و با کسب تجربه و ارتباط با سایر آدم ها یاد می گیریم که نهاد به تنهایی برای پیش رفتن در دنیای واقعی کافی نیست. در همین زمان است که خود به عنوان یک عنصر واقع گرا بر نهاد غلبه می کند. خود آن بخشی است که موانع و محدودیت های رسیدن به خواسته را به ما نشان می دهد. به کمک خود است که ما عوامل بیرونی را هم در محاسبات و تصمیم گیری هایمان به حساب می آوریم. مثلا کودک به مرور زمان یاد می گیرد که همیشه قرار نیست برایش بستنی بخرند و هرچه خواست برایش حاضر و آماده باشد. این ذهنیتی است که کودک تا قبل از آن هرگز درباره اش نمی اندیشید و در محاسباتش لحاظ نمی کرد.

خود نقش یک میانجی بین خواسته های نهاد و واقعیت موجود را بازی می کند و این دو را با هم آشتی می دهد. شاید به این فکر کنید که چه زمانی خود در کودک نمایان می شود؟ نمود خود را می توان زمانی دید که کودک در مورد تصمیم گیری هایش فکر می کند و سود و زیان هر کدام را می سنجد. حالا میل رسیدن به خواسته دیگر تنها عاملی نیست که کودک بر اساس آن تصمیم گیری می کند. او واقعیت ها و عواقب هر تصمیم را هم در نظر می گیرد. خود تلاش می کند با تدبیر و در نظر گرفتن راه های واقعی و عملی به خواسته های نهاد جامعه عمل ببوشاند.

این یعنی به هر حال در وجود ما نوعی کشمکش وجود دارد که در نهایت باید به نفع یکی از اجزاء تمام شود. گاهی اوقات لازم است از لذت های آنی دست بکشیم تا عواقب ناخوشایند آن برایمان دردسر ساز نشود. این خود است که از تشریفات و آداب اجتماعی مطلع است و تلاش می کند فرد را با آنها هم راستا کند. البته اینجا بحث روش درست یا روش غلط مطرح نیست، مسئله این است که خود تلاش می کند با کمترین دردسر و کمترین صدمه خواسته ها و نیاز های فرد را عملی کند.

### **فراخود: ((من آن را می خواهم اما نه به قیمت اینکه آدم بدی باشم))**

فراخود به فرد کمک می کند تا مجموعه اصول اخلاقی و آداب و ارزش های اجتماعی را شناسایی کند با در نظر گرفتن این ارزش ها به خود آگاهی بیشتری برسد. به طور تمثیلی فراخود مثل وجدان آگاه فرد عمل می کند و در حالی که روی شانه او نشسته در هر لحظه به او می گوید آیا این کار اخلاقی و اصولی است یا خیر.

جنبه دیگر فراخود این است که خواسته های ناگهانی و کنترل نشده نهاد را مدیریت کند، اما این کار را به شیوه خود انجام نمی دهد. حتما یادتان هست که گفتیم خود خواسته های نهاد را با یادآوری واقعیت های موجود کنترل می کند. اما فراخود این کار را با ارائه مجموعه ای از اخلاقیات و ارزش ها انجام می دهد.

نکته!!

اگر اهل مطالعه در احادیث و کلام ائمه باشید حتما حدیثی با این مضمون رسیده اید که برای تربیت فرزند در اسلام سه مرحله وجود دارد. سه مرحله ی هفت ساله. هفت سال اول فرزند سالاری، هفت سال دوم پدر و مادر سالاری، هفت سال سوم و به بعد مشورت سالاری.

با دقت به این متن می توان به راحتی فهمید که این سه مرحله همان سه مرحله نهاد، خود و فراخود است و یا بهتر بگوییم آن سه مرحله مطابقت با حدیث دارد.

اما این نکته را هم باید توجه داشت که این سه عنصر در تمام عمر و سن آدمی فعال است و در مجموع باید گفت هر سه عنصر در روان ما مشغول به فعالیتند و منافع خودشان را دنبال می کنند و تعامل یا برهم کنش این سه عنصر است که باعث می شود هر فرد به شیوه ای خاص رفتار کند. رفتار های کودک در ابتدا صرفا با هدف رفع نیاز های خودش انجام می شود اما او به مرور زمان یاد می گیرد که خواسته ها و عواطفش را با در نظر گرفتن هنجارهای اجتماعی مدیریت کند.

## کار عملی!

قلم و کاغذی بردارید و رفتار های روزانه خود را ر اساس این سه عنصر تقسیم بندی کنید و یاد داشت کنید که کدام عمل شما از کدام نوع از این عناصر است.