

سبک ارتباط



An illustration on a light blue background. On the left, a large, detailed black leather shoe with laces is shown, with a patterned fabric (possibly a skirt or dress) hanging from it. To the right of the shoe, two small, dark silhouettes of men in suits stand side-by-side, looking towards the giant foot.

آنان شما را شیفته خود می کنند و سپس انتقام می گیرند!

دوست‌داشتنی و معصوم و حتی خجالتی و درون‌گرا به نظر می‌رسند و می‌توانند دلسوز و کمک‌کار جلوه کنند. آنها می‌توانند همان شانه‌هایی باشند که می‌توان به آنها تکیه‌دار گریه کرد، اما بعد آنچه را با آنها در میان گذاشته‌اید علیه آن استفاده خواهند کرد و سرانجام شما را ملعبه دست خود می‌کنند تا احساس کم‌بند و بی‌بند و قدرتان آنها بیاید. این گونه است که به آنها احساس تنگ‌نفس و قدردانی می‌دهید، حسابی که خودشیفتگی را تغذیه می‌کند.

چه ویژگی‌های دیگری این نوع خودشیفته نامحسوس و جذاب، اما مجهز به تسلیحات خاموش را از سایر انواع متمایز می‌کند؟ روان‌شناسان اتفاق نظر دارند که

شناسایی خودشیفته‌های پنهان دشوار است

دانش اندک چیز خطرناکی است. دیویس می گوید: «شناسایی خودشیفته‌گی پنهان دشوارتر است و تاندازهای، به دانش تخصصی نیاز دارد. خودشیفته‌های آشکار با حالتی حق به جانب نشان می دهند که «این منم»، اما خودشیفته‌های پنهان، با استفاده از تکنیک‌های کنترل و دستکاری‌های نامحسوس‌تر، نیاز هایشان را می پوشانند. آنها

اکنون دیگر کاملاً می‌دانیم خودشناسی چیست. کلمه «خودشناسی» باب شده و واژه محبوب تحلیل‌گران تازه‌کار است. خودشناسی‌ها، این محتاجان محبت و توجه‌طلب‌های پر جنبه،

و در مورد این موضوع، سید علی شریعتی در مقاله «خودشیفتگی» خود، با استفاده از کلمه «انها» را سراسر می‌کند. در فرهنگ، مردم در دل مشغول سلبی‌ریتی‌ها و شبکه‌های اجتماعی‌اند، خودشیفته‌ها بهترین یقین را دارند. آنها بر کشورها و حکومت می‌کنند، دیگران را قفسور می‌کنند، آنها را معایبه می‌کنند و خود قرا می‌دهند و خرابی به بار می‌آورند. اما برای نوع از خودشیفتگی که تشخیص‌پذیرتر و نمایشی‌تر است، بر نمونه کمتر شناخته شده و اساساً بسط‌ناک‌تری در فکین است، از خودشیفته‌ها آشکارتر گرگ برای سلب گرگ خودشیفته، پنهان‌تر گرگ برای سلب میش است. دکتر سارا دیویس، روان‌شناس و نویسنده «هرگز دوباره به دام می‌افتی» می‌گوید: «آنها از آسیب‌های خودشیفته‌ها و دیگر روابط، نمونه ساکت‌تر، نامحسوس‌تر، معمولاً رستگاری است و با بیشتر سرد گرم می‌کند».

۳ به گفته دکتر رمانی در اوسلاوا، استاد روان‌شناسی، این گونه از شخصیت خوشه‌ای «تحول ناپه‌وری در فهم ما از موضوع خودشنیگی است.» گروه روان‌شناسی دانشگاه نیویورک در پژوهش جدیدی تأیید می‌کند که این‌ها از آنکه از خودخوانگه و واقعاً شوکتی ناشی شود، متاثر از آمیختن است و در زیر پنهان می‌ماند. این پژوهش نمونه آشکار و گونه آسیب‌پذیر (یا پنهان)، این پژوهش می‌گوید خودشنیگی مرتبط است با فاکت‌های فلسفی و اجتماعی. روان‌کاری به نام مکینین می‌تواند پیچیده‌ترین و قابل خودشنیگی و خودخوردگی اندوهی می‌باشد. این پژوهش می‌کند. «اما این نقاب ما را طلسم می‌کند. مثل هادر را می‌پوشانیم و خودشنیگی‌ها سرستی‌هایی را تجربه کرده که عموماً با خودشنیگی‌ها سرشته شده‌اند. اما در آخرین رمانم درباره نوعی از خودشنیگی‌ها نوشته‌ام که، در بیانشان، نه بکار، که به تدریج ظاهر می‌شود. در زندگی واقعی، بیشتر همه، خودشنیگی سدم که از بین و یکی‌های خودشنیگی‌ها آشکار، آن‌ها یکی‌های خودشنیگی‌ها را دانست که مشهورتر بود. قبل از او، شخصیت‌های جذاب‌تری مرا جذب کرده بودند و تصور می‌کردم که این‌ها تدریجاً به خودشنیگی‌ها و خطر کار بود و موجب شد در روان‌شناسی جستجو کنم تا متوجه شوم با مجموعه‌ای از نقاب‌های مختلف در تعامل بودم، نقاب‌های ساختگی به شدت متعجب کننده که عمق پوچی شخصیت خودشنیفته را می‌پوشانند.

خود شیفته معمولی می‌ترشد و دنیا را
مجنون و معنادار خود می‌کند، توجه و
تحسین دیگران را به سمت خود می‌کشد و
حداقل در ظاهر زندگی همچنان انگیزی دارد.
به مادر شناسایی خود شیفته نوع پنجاه به مشکل می‌خوریم.
رویزی‌های خود شیفته خود برترین را ندارد و بنابراین این
می‌تواند به، امی را از ادراکات عبور کند و به همان میزان، یا
حتی بیشتر به شما آسیب بزند.

ع به نظر می‌رسد قربانی بودن بنیادی ترین احساسی است که خودشنیتیه با خود حاصل می‌کند، در این حالت، خودشنیتیه مدام از موقعیت قربانی ساینرین آزار می‌دهد، خود را معمولاً کم‌اهمیت جلوه می‌دهد و با این روش به دنبال تطمین خاطر است؛ اسبیلدی می‌گوید:

خودشنیتیه‌های چنان، چون در حمله عصبانید، نقش قربانی «بنایه می‌زند که ابزاری نیمه‌خود می‌آورد و سری در جعبه‌ابزارشان است» وقتی حالت قربانی به خود می‌گیرد می‌تواند ساینرین اثر نظر عاطفی قوت کند، بسیار بیشتر از فردی که دارای سلامت روان است. تأثیر گذاری مطلق خودشنیتیه‌های خردتر در کنترل افرا همیشه مرا عبرت بخش می‌کند.» دکتر رامنی در تفسیر او می‌گوید:

«ماوریت دار د خودشنیتیه ایهام دیکنو و تأثیر سعی آن از راه عباد زندگی می‌خوام بر سر دارد.» می‌گوید:

«خودشنیتیه پنهان نشن قربانی به خود می‌سازد تا دیگران را معذب دست خود کند.» وی در پیوب کاتالی اداره

خودشيفته معمولی می در خشد و دنبارا مجذوب و معتاد خود می کند، توجه و تحسین دیگران را به سمت خود می کشد و حداقل در ظاهر زندگی هیجان انگیزی دارد. اما در شناسایی خودشيفته نوع پنهان به مشکل می خوریم. او ویژگی های خودشيفته خود بر تربین ر اندارد و بنابر این می تواند به آرامی از راداران عبور کند و به همان میزان، یا حتی بیشتر، به شما آسیب بزند.

دنگ تلاش: همه دخترها و پسرها در طول زندگی تلاش‌های بسیاری می‌کنند و مهارت‌های متنوعی می‌آموزند. به امید آنکه یکی روزی این‌ها را آموزش‌ها به کارشان بیاورد و در ارتقای اجتماعی و فردی آنها تأثیر مثبت بگذارد. ولی عده‌ای به محض اینکه ازدواج می‌کنند موتور را روی حرکت را متوقف می‌کنند و بار مسئولیت را از دوش یک نفر می‌گذارند. به عده‌ای از مردها شصتا جری غلبت از همسرشان سلب می‌کنند و ترجیح می‌دهند آنها را صرف‌دار قالب یک آشپز یا تربیت‌کننده کودک ببینند و درست به همین دلیل بار مسئولیت‌های خانوادگی‌شان خالی می‌کنند. از آنجا که همسرش بگوید لباس‌ها را بپوش کن یا یک لحظه بچه را نگذار من کاری انجام بدهم فروغندی می‌کنند که من صبح تا شب بیرون کار نمی‌کنم و چنان می‌کنم. اما در خانه هم باید کار کنم؟ اصلاً کدام مردی بچه‌داری می‌کند که من دومی باشم؟ خوب چرا وقتی بچه خواب بود کارت رو نترکی... و هزار تا چرا و اما دیگر، اگر شما هم در این گروه قرار دارید باید بدین بگویم دوره این حرف‌ها بواژه غلط تمام شده و زن و مرد هر دو در یک خانه و زیر یک سقف زندگی می‌کنند. پس باید وظایف خود را به درستی ایفا کنند. انجام یک وظیفه و نطفه‌گذاری کارهای دیگر نیست. تمام این است که شما چون در اداره یا شرکت کار می‌کنید نباید وظایف خریدن نان یا سر زدن به والدین‌تان را انجام دهید. اگر به مادران می‌گویید شما بچه‌داری من به اندازه کافی می‌کنم و خسته می‌شوید تو باید نانم به من بپزی من به همان اندازه حق دارم به همسرانم بگویند من کار منزل مشارکت نمی‌کنم. شما به عنوان یک همسر موظف هستید باری از دوش همسران‌تان بردارید.

دنگ مهربانی: مهربانی پایه اصلی زندگی مشترک است. دو طرف باید دنگ خودشان را از این حس خوشایند بپردازند تا حس زندگی را برای آن یکی زیاده نگاه دارند. وظیفه همسران است که در قبال آن یکی مهربان و بخشنده باشند. گاهی بی‌منت ببخشند، گاهی سرزده آن یکی را با کارهای عاشقانه اغافلگیر کنند. گاهی شریک تنهایی هم شوند و گاهی بی‌هیچ قضاوتی برای یکدیگر گوش شنوا باشند. بسیاری از زندگی‌ها وقتی همسران یکدیگر را درک نکرده یا مدام دست به قضاوت می‌زنند و طریشان هنوز از دنگ کمه را بر زبان نیاورده دست به اما و اگر می‌زنند کمه را اعتماد میانشان کمرنگ می‌شود و آنها

مهربانی پایه اصلی زندگی مشترک است. دوطرف باید دنگ خودشان را از این حس خوشایند بپردازند تا حس زندگی را برای آن یکی زنده نگه دارند. وظیفه همسران است که در قبال آن یکی مهربان و بخشنده باشند. گاهی بی‌منت ببخشند، گاهی سرزده آن یکی را با کارهای عاشقانه غافلگیر کنند. گاهی شریک تنهایی هم شوند و گاهی بی هیچ قضاوتی برای یکدیگر گوش شنوا باشند

کنترل دیگران با ابزار ترس و احساس گناه

بنابراین، خوددشمنه پنهان نیز دنبال جایگاه و اعتباریابی است، دیگران را نادیده می گیرد، احساس می کند حق به جانب اوست و نمی تواند با دیگران همدلی کند، اما

روشنی‌های او بسیار پنهان است حتی ممکن است در محاسبات او با توجه به کم‌شدن این‌ها بگذرد و درنگ‌ها و حاسبات است که کسی که اینقدر دقت‌داشتی است، کسی که تلاش نمی‌کند تا توجه دیگران را به هوش خود جلب کند و البته کسی که می‌گوید: «این‌ها عموماً با تکیه بر دو ویژگی است: سبک‌دستی و روحانی نقش مفید حمایت‌گر به دو دلیل است. سبک‌دستی، دیوید می‌گوید: «آنها عموماً با تکیه بر دو ویژگی: تئری و ایجاد احساس گناه، دیگران را کنترل می‌کنند» و روحانی‌ها در آن‌ها قسریته به دنیا نمی‌آیند. محیط‌های اولیه‌ای که در آن قرار گرفته‌اند و این‌ها خود شکل می‌دهند و این پیام را می‌دهند که خود واقعی‌شان را می‌پسندند و این‌ها خودی دروغین یا یک تقابلی بدبین‌فرتنی نیست، مابین آنها خودی دروغین یا یک تقابلی خلق می‌شود. البته اگر هم آن پوسته جذاب بیرونی نه‌بند می‌شود، حمله می‌کنند، چون حقیقتاً کاملاً ویران شده‌اند.

آنان با نقاب‌های متعددی وارد می‌شوند

«به تجربه می گویم» که خودشنیفته‌ها را نقاب‌های متعددی وارد می‌شوند. بازی با خودشنیفته‌ها سر دارد کافی. این فقط به نقش خودمان نگاه کنیم تا نیروی محرکه را این بازی را برهه‌ریستی کرد. کنیم. آری باشنیفته‌ها همیشه در کار است؟ و نظریه وجود آن است که خودشنیفته‌ها همانند بازی با خودشنیفته‌ها را جذب می‌کنند. السبیل می‌گوید خودشنیفته‌ها پنهان «به دنبال کسی می‌گردد که با او می‌ماند دهنده بازی‌ها را و روان‌شناسی خود را داشته باشد، زیرا تفاسیر پایش باشد و کسی متوجه آنچه رخ می‌دهد نباشد. این امر امکان است. خودشنیفته‌ها قبل از هر مناسبی برای ابراهیم آمده است. همچنان به این رابطه متعددی می‌ماند. اسبب جزء گریز ناپذیر است. این روابط است» دیوید هم می‌گوید: «تقریباً همه مراجعانی که با آنها کار می‌کنم گفتند: به عقب برگردیم. من می‌کنم می‌بینند، قبل از آنکه به خود اجازه دهند که جلوی‌برگرفته‌ها را به یک خودشنیفته فروشانند» «حس درونی» نشان می‌دهد که اسباب بود ملاقات با خودشنیفته اتفاق خوشایندی نیست، اما آنها این حس را نادیده گرفتند. اگر احساس می‌کنید کسی می‌تواند به نوعی به شما اسبب بزنند، پس حسان اعتماد کنید. اینجا همان جایی است که بیشتر می‌ماند، اما آنها که احساساتی هستند به سرعت وارد فضای تازه و بیجان انگیز می‌شوند. ما رنگ خطر را نادیده می‌گیریم و ناگهان می‌بینیم بار نقشه را جرمی که هرگز می‌تواند نشانی از بار پذیرفتنی را

* نقل از: وب سایت ترجمان / نوشته: جوآنا بريسكو / ترجمه: فاطمه زليکاني / مرجع: گاردین

❁ مرصیه بامیری

یا تا یا به حال و از دنگ به گوشتان خودره؟ به معنی تقسیم کردن و سهم دادن. مثلاً پیش آمده با دوستی مسافرت رفته باشید و طبق قرار تعیین شده میان خودتان موقوفه شاید دنگ خود را در همه هنرینه ها پرداخت کنید. یکی مادر خرج می شود. او در شهر بازی، رفقات، هنرینه های اسکان و تغذیه با موافقت دیگران هنرینه می کند و در پایان سفر هر کسی سهم خودش را پرداخت می کند. یا مثلاً از زمان نشین ها خوب می دانند که باید دنگ یا سهمشان را از هنرینه اب و برق مشترک بپردازند. باز هم یکی مدیر ساختمان می شود و هنرینه ها را تقسیم می کند. یک وقت ها بی هوس می آید با دوست تان به کافی شاپ یا استوران بریزد و هنرینه هنرینه میهارن کردن دوست تان زیاد است. یا باید بی خیال رفتن شوید یا سهم خود را از آنچه سفارش می دهید بپردازید. این یعنی دنگ دادن. حالا یک سؤال مهم! آیا در زندگی مشترک تان قائل به پرداخت سهم هستید؟ یا حاضرید مساوات و عدالت را برقرار کرده و بار خود را بر دوش دیگری بگذارید؟ در این باره داشتیم و خواهیم شما را دنگ های زندگی مشترک که آشنا کنیم.

[illegible]