

پای صحبت‌های دکتر بهنام اوحدی روایتی شک درباره تیپ‌های متفاوت شخصیتی

شخصیت‌شناسی خودمانی با دایناسورها

مجمعه پلاستیکی ۳ دایناسور روی میز کنار دکتر بهنام اوحدی، روانپزشک، نظرم را جلب کرد. یکی دایناسوری عظیم‌الجثه با جسمه‌های کوچک گردنی دراز، موجودی بی‌دفاع و گیاخوار، دیگری با قدی کوتاه‌تر و بدنی زره‌گونه و شاخ‌های بلند که او هم گیاخوار بوده، منتها در وقت حمله از خود دفاع می‌کرده و دیگری دایناسوری درنده‌گوشتخوار حیوانی مهاجم و خطرناک. اوحدی عقیده دارد، مردم یکی از این ۳ دایناسور هستند یا ترکیبی از این ۳. این مقدمه‌های برای برد گفت‌وگوی «سلامت» با او درباره تیپ‌های مختلف شخصیتی افراد.

آقای دکتر! اگر موافق باشید، از این ۳ دایناسور شروع کنیم. دیدن ۳ دایناسور روی میز یک روان‌پزشک عجیب نیست؟ فلسفه‌اش را به بدانی، می‌بینید عجیب نیست. پس از سال‌ها تجربه در کار روان‌درمانی به این نتیجه رسیده‌ام که شخصیت مردم را می‌توان با نماد یکی از این ۳ دایناسور یا ترکیبی از اینها توصیف کرد. سواناساوسوس همین دایناسور عظیم‌گردن‌دراز بی‌خطر گیاخوار، نماد آدم‌های خجول و بی‌دست‌وپا که مچ‌جرات است. این یکی ترس‌ناک‌ترین است که با دایناسور شناختم‌شده معروف است. گیاخوار است اما وقتی مورد هجوم واقع شود، می‌تواند با همین خشونت از خود دفاع کند و آخری که اگر هیچ علامه‌ای هم به دایناسورها نداشته باشد حتما در بازی‌های رایانه‌ای زیاد و اغلب با دومی هستند یا ترکیبی از این‌ها. من به این نوع معرفی شخصیت، شخصیت‌شناسی خودمانی می‌گویم.

آقای دکتر! این شخصیت‌ها را چطور می‌توان تعریف کرد؟ ما شخصیت‌ها را به چند گروه تقسیم می‌کنیم. اولین گروه، گروه A است. افرادی که در این شاخه‌تفرصی شوند از نظر هیجانی سرده‌شده با بزرگوار رفتارهای خجسته‌ترین دستان‌های کمالی و از نظر جنسی و زناشویی در وضعیت متوسط‌اند و کمی بی‌پایین هستند. در این گروه شخصیت‌های درخردمانده، فلسفی و تله‌فنی‌گرا، تک‌گفت‌انگیز، مولاری و خرافی‌فردی‌نوع‌گرا هستند. شخصیت‌های گروه B یا هم‌سرخ‌چوبند، گمان‌شکنک‌ها یا همان پارانویدرمانی‌ها که گریه‌های مدام و مداوم از خود می‌نمایند و در وقت حمله سخت کسی‌کلام نمی‌گذارند، اما به وقت حمله سخت از خود دفاع می‌کنند.

گروه‌های شخصیت‌های گروه B هستند. این افراد هم‌چرخ‌ت‌جور و هم‌چرخ‌جور هستند. از لحاظ عاطفی پر هیجان‌دراز و از لحاظ جنسی و زناشویی اغلب برای ایجاب‌کردن و برودنگار هستند. حضور در جمع را دوست دارند و از خود می‌نمایند. در روابط فرزندگانه‌ها، رفتاری نامشای و بی‌ثباتی و بلندپروازی شناخت. البته نمی‌توان گفت همه این رفتارها در شخصیت‌های گروه A یا B هم وجود دارند، بلکه این تعریف‌ها جنبه کلی و عمومی دارند. گروه B خود به ۲ شخصیت تقسیم می‌شود: اول، خودشیفته (نارسیستیک)، ناپا، نینر و موسولینی از شخصیت‌های آشنای خودشیفته تاریخ هستند. دوم، نمایشی‌افراگر مانند مرلین مونرو، سومی، شخصیت‌های مری‌آشوب‌مدار هستند و شخصیت بعدی را ما «آنتی‌سویال» یا باجمعی‌تر می‌گوییم. این‌ها جامعه‌گرا هستند و رفتاری و پویایی مشخصی دارند؛ قطعی بزرگ ایران در زمان احمدشاه، آخرین شاه قاجار، به دلیل تجربه‌های انگلستان و یک‌چهارم مردم کشورمان از بین بروند و من عملکرد ضداجتماعی می‌دانم، در صورتی که چهره دولت انگلستان، چهره‌های سیاسی و قانون‌مدار به نظر می‌رسد. بمباران توکیو از سوی آمریکا با بسبب‌های بزرگی هم به نظر من رفتاری ضداجتماعی است.

آقای دکتر! کلاهی‌دراز مالی جزو کدام گروه قرار می‌گیرد؟ کسانی که با خیال راحت کلاهبرداری می‌کنند، شخصیت ضداجتماعی دارند. اولاد و یوایش، افراد شرور، جاجلان فراراد و... در این گروه قرار می‌گیرند. مغز این افراد با افراد عادی فرق می‌کند و نور مغزی این افراد این تفاوت را نشان می‌دهد. این ویژگی در حد خصلت همان



دایناسور ترس‌ناک‌ترین است با شاخ‌ها یا حالت دفاعی است و در حالت اختلال که به مال و زندگی ناموس‌فیه‌حمله می‌کنند. می‌تواند دایناسورهای اختلال با تغییر نمی‌کند. بعد از روان‌درمانی‌های طولانی اندکی تغییر می‌کند. در چند مورد ما می‌توانیم تغییر شخصیت را به‌وضوح ببینیم. خونریزی‌های گسترده مغز پس از ضربه محکم سر، جراحی‌های گسترده مغزی، اشعه‌درمانی گسترده مغزی، سکونت‌کردن در دو گاه‌های اسارت یا حضور چند ماه در جبهه‌های جنگ‌جور و راه‌های از قبل می‌تواند باعث تغییر شخصیت شود، اما خواندن کتاب، تفریح، یوگا یا مدیتیشن در حالت عادی تأثیری بر تغییر شخصیت ندارند.

آقای دکتر! اختلال چه تفاوتی با شخصیت دارد؟ اختلال زمانی است که رفتار باعث رنج و آزار و فشار بر دیگران شود و رفتار و باورها، الگوهای رفتاری بسیار عجیبی از فرد سر بزود، در وضعیت اختلال‌یکی از کار کرده‌ای، تحسیمی، شغلی، سرگرمی، خواراکی یا زناشویی و حرفه‌ای دچار مشکل جدی می‌شود یا از بین می‌رود. مثلا فرد افت تحصیلی شدید پیدا می‌کند، به دلیل نمرات بسیار پایین از دانشگاه اخراج می‌شود یا از پروژه‌های شخصی کنار گذاشته می‌شود. همسرش طلاق می‌گیرد یا کارش به مشاوره‌های متعدد زناشویی می‌شود یا رابطش با فرزندانش به هم می‌خورد در این حالت، خصلت فرد به اختلال تبدیل شده است.

آقای دکتر! یعنی ملاک آدم‌عصبانی نمی‌تواند آرام شود؟ آدم‌عصبانی می‌تواند آرام شود اما اگر خودشیفته عصبانی باشد می‌شود خودشیفته‌آرام‌گرا. آفرسره عصبانی باشد، باید کمک‌های تخصصی یا دارو، می‌شود یک آدم‌افسرده‌آرام یا شخصیت‌وسواسی عصبانی، آرام می‌شود. از طرفی باید گفت آدم خودشیفته‌وسواسی نمی‌تواند شده و اگر این‌ها عمر با کاهش چشمگیر توان بدنی، برخی وجوه خودشیفته‌ای او پنهان شود.

آقای دکتر! برای اینکه فردی را در گروهی خاص طبقه‌بندی کنیم، خصوصیات باید چقدر بایداری داشته باشند؟ برای این طبقه‌بندی خصوصیات فرد باید از پایان نوجوانی یا آغاز جوانی، یعنی حدود ۱۸ سالگی، در فرد ثابت دیده شوند. عملکردهای لحظه‌ای نمی‌توانند ملاک قضاوت و طبقه‌بندی قرار گیرند. بعضی کارشناسان معتقدند شخصیت افسرده و شخصیت‌وسواسی آنگونه که به شیب هستند که به‌طور است آنها را از گروه C خارج کرد و در هر دو جداگانه D قرار داد. هر چند گروه‌بندی‌های بین‌المللی شخصیت‌وسواسی را کنار گذاشته، هرمان، گریزان و نرگان در گروه C قرار می‌دهد، اما در واقع شخصیت‌وسواسی تفاوت‌های زیادی با شخصیت وابسته، منفعل،

ترس‌ناک‌ترین است که با دایناسور شناختم‌شده معروف است. گیاخوار انسان‌های بی‌دفاع است و بی‌وجان است. افراد اغلب با دومی هستند یا ترکیبی از این‌ها

برای این طبقه‌بندی خصوصیات فرد باید از پایان نوجوانی یا آغاز جوانی یعنی حدود ۱۸ سالگی، در فرد ثابت دیده شوند. عملکردهای لحظه‌ای نمی‌توانند ملاک قضاوت و طبقه‌بندی قرار گیرند. بعضی کارشناسان معتقدند شخصیت افسرده و شخصیت‌وسواسی آنگونه که به شیب هستند که به‌طور است آنها را از گروه C خارج کرد و در هر دو جداگانه D قرار داد. هر چند گروه‌بندی‌های بین‌المللی شخصیت‌وسواسی را کنار گذاشته، هرمان، گریزان و نرگان در گروه C قرار می‌دهد، اما در واقع شخصیت‌وسواسی تفاوت‌های زیادی با شخصیت وابسته، منفعل، ترس‌ناک‌ترین است که با دایناسور شناختم‌شده معروف است. گیاخوار انسان‌های بی‌دفاع است و بی‌وجان است. افراد اغلب با دومی هستند یا ترکیبی از این‌ها

آنها از مال و جان و ناموس خود سخت دفاع می‌کنند. چاقو کشی نمی‌کنند و سلاح گرم باسر دو رابرای دفاع از خود نگاه می‌دارند. شخصیت سوم همان‌طور که گفتیم دایناسورهای بزرگ گیاخوار هستند، کم‌انرژی‌اندام‌های کم‌جرات‌ات می‌دانم و در وقت حمله از خود دفاع می‌کنند. متأسفانه حق این آدم‌های ساده‌انگار در جامعه ایجاب نمی‌شود.

آقای دکتر! بزرگ‌دانه دایناسورهای گوستخوار معروف‌ترین چاقو کش تاریخ ایران است. افراد بزرگ‌دانه پر دراز می‌باشند. در زمانگه زیاد داشته باشند و بزرگی شخصیتی خاصی نیست فقط یک‌دوم‌انگ است و این افراد می‌توانند ماسکی آرام و مهربان و مردم‌دار و مودب و جنتلمن به صورت باشند. در زمانگه زیاد داشته باشند، بتوانند هیبت روانی افراد را تشخیص دهد. هیبت روانی افراد ربطی به فیزیکی و ظاهر افراد ندارد.

به شخصیت عصبی و فراز و فرودهای خلقی او، فردی خودشیفته، مریز و بسیار عصبی و بدون داشتن شخصیت بارز ضداجتماعی. می‌خواهم به شخصیت دیگری نیز بپردازم؛ شخصیت پارانویدر (سوءظنی) یا بزرگی‌های نظم‌شاید و قانون‌مداری، مثل هیتلر که دقیقاً می‌تواند شخصیت‌وسواسی جبری را تقلید کند یا حتی ما در محیط‌های علمی، شخصیت‌های ضداجتماعی علمی داریم که شخصیت‌وسواسی را تقلید می‌کنند. مثل بسیاری از پزشکان، مقالات نقلی علمی به نشریات علمی دنیا فرستادند و آبروشان هم به‌عنوان مقاله‌سازان نقلی رفت. برخی دانشمندی که روی بمب‌ها یا تجهیزات نظامی هم کار می‌کنند، شخصیت‌های خودشیفته دارند. برای درک بهتر از موضوع فیلم «ام‌ن» را ببینید که نشان می‌دهد چگونه شیمیادان‌های آلمانی در زمان هیتلر، بمب‌های شیمیایی برای جبهه‌های جنگ می‌سازند. بعد از آنکه یکی از آنها می‌بیند این کار برای این برون‌مغلولان است، دانشمندان معمولاً خودشیفته‌هایی هستند که جذب این‌دولت‌وری خاصی می‌شوند.

مثلا خیلی‌ها که برای کشور خود می‌جنگد یا نمی‌توان شخصیت ضداجتماعی داشت، اما داعشی‌ها که از گوشه و کنار جهان جمع شده‌اند آدم یک‌بکنند و سر بریند و جنایت‌کنند، قطعاً شخصیت‌های ضداجتماعی دارند. شاید الگویی دایناسوری که به‌عنوان نمادهای شخصیتی پیشنهاد می‌کنیم و نام آن «شخصیت‌شناسی خودمانی» گذاشته‌ام، مردم را مخاطبان عام قابل فهم‌تر باشد. به جای ریز شدن در نوع شخصیت‌ها و شناخت علمی آنها می‌توان به صورت کلی گفت ما با ۳ نوع شخصیت سرگزار داریم: ته‌جاشی که حق بقیه را زیر پای می‌گذارد و عصبی و پرخاشگر است. شخصیت‌های دفاعی که وجدان دارند، حقوق بقیه را زیر پای می‌گذارند و به گوشه‌خواری افتخار نمی‌کنند و خیلی وقتهای زیادی به گیاخواری دارند که البته شاید نتوانند به آن عمل کنند. دنبال رشد خودشان هستند، نه پایین کشیدن دیگران.

چیزی که ما در شخصیت‌شناسی ماه هم بفرمایید. تا پیش از ورود تحلیل‌های علمی به ایران، تحلیل‌های شخصیتی بیشتر براساس نماد اوله اصلان تاکیدی‌کم اصلا به‌صورت علمی نثارودر دست می‌بودند. فرد رویدنی، زادی‌مانی، زن‌خوداری، بنیاد تحلیل شخصیت‌افراد می‌شد. تحلیل‌های هندی براساس ماه‌فال‌بینی چینی براساس سال میلادی، تحلیل‌های غربی براساس ماه‌ماه اما نیست. افراد زیادی را می‌بینیم که در یک ماه اما با خصوصیات متفاوت به دنیا آمده و زندگی کرده‌اند. این کتاب کمک کرده چقدر ما از این خرافات فاصله بگیرد.

آقای دکتر! این خصلت‌ها محیطی است یا ژنتیکی؟ شخصیت‌های افراد اصولاً ارثی و مادرزادی است. درصدهای کمی از شخصیت‌پروژنی است. شخصیت‌فرد از جاده‌زادی‌بکی سرشت بخش زنتیکی و مادرزادی فرد است. دیگر منش بااکثر که بیشتر پرورشی و تربیتی است و دیگری جان و روان که روحانی است و می‌تواند پرورشی باشد اما پیش‌اصلی شخصیت‌مادرزادی و ارثی است.



سواناساوسوس همین دایناسور عظیم‌گردن‌دراز بی‌خطر گیاخوار، نماد آدم‌های خجول و بی‌دست‌وپا که مچ‌جرات است