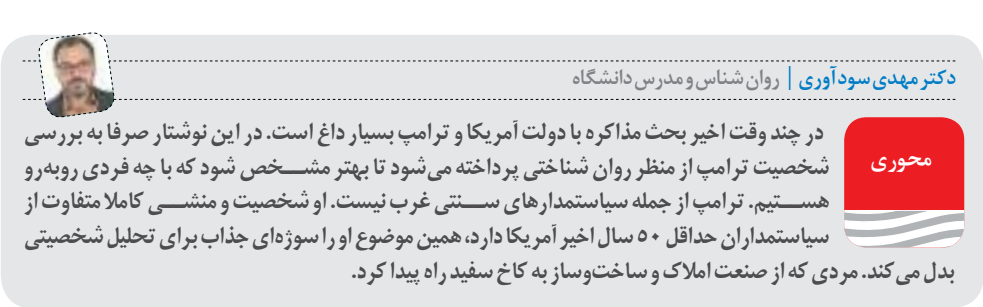




کاوشی در عمیق ترین لایه های روان «ترامپ»

داغ شدن بحث مذاکره ایران و آمریکابها نه‌ای شد تا به بررسی شخصیت رئیس جمهور آمریکا از منظر روان شناختی بپردازیم تا بهتر مشخص شود که با چه فردی روبه‌رو هستیم



دکتر مهدی سوداوری | روان شناس و مدرس دانشگاه

محوری

در چند وقت اخیر بحث مذاکره با دولت آمریکا و ترامپ بسیار داغ است. در این نوشتار صرفا به بررسی شخصیت ترامپ از منظر روان شناختی پرداخته می شود تا بهتر مشخص شود که با چه فردی روبه‌رو هستیم. ترامپ از جمله سیاستمدارهای سسنتی غرب نیست. او شخصیت و منشئی کاملا متفاوت از سیاستمداران حداقل ۵۰ سال اخیر آمریکا دارد، همین موضوع او را سوژه‌ای جذاب برای تحلیل شخصیتی بدل می کند. مردی که از صنعت املاک و ساخت‌وساز به کاخ سفید راه پیدا کرد.

● خودشیفته کلاسیک

ترامپ یک شخصیت خودشیفته کلاسیک است. او هیچ کسی را جز خودش قبول ندارد و برای اثبات برتری خود هر کاری می کند. دعوی او با رئیس‌جمهور او کرابین دقیقا با همین موضوع قابل توجیه است. رئیس‌جمهور او کرابین از ترامپ به قدر کافی تعریف نکرد. افراد خودشیفته به تحسین و قدردانی دیگران نیاز مند هستند تا بتوانند خود متورم خویشتر را تغذیه کنند.

● عاشق دوربین و دیده شدن

طبق همان خودشیفتگی شدید، ترامپ عاشق دور بین است. او همیشه دوست دارد در مرکز عکس باشد. برای همین در دولت او چیزی به نام پشت پرده و محرمانه وجود ندارد، او نیاز به سروصدا و جنجال دارد. بر عکس سیاستمدارهای سنتی که همیشه ترجیح می دهند بدون سروصدا کارها را پیش ببرند، ترامپ دوست دارد همیشه در صحنه باشدو دیده شود. او حتی گاهی بیش از نیاز صحبت می کندو باعث می شود پیش از یک عمل، جنجال رخ دهد.

● نداشتن حوصله برای کارهای زیربنایی

ترامپ به سنت ساخت و ساز، همه چیز را به چشم یک پروژه نگاه می کند، کوتاه مدت وزود بازده. او حوصله کارهای طولانی مدت وزیربنایی را ندارد. بازه توجه او به شدت کوتاه است. در دور اول ریاست جمهوری او موضوع ونزوئلا و کره شمالی بیانگر این نوع نگاه اوست. در هر دو مورد به شدت با حرارت وارد شد و بعد از اولین مشکل، کلا بی خیال موضوع شد و دیگر حتی در مورد آن صحبت هم نکرد. گویی فروشنده‌ای است که با خریدار به مشکل خورده و به سراغ خریدار دیگری می رود.

● همیشه در مرکز توجه بودن

ترامپ دوست دارد مرکز توجه باشد. اگر به عروسی می رود دوست دارد داماد باشد، اگر به تشییع می رود، دوست دارد جنازه باشد که همگان به او توجه کنند! برای همین وزرا در دولت او نقش منشی و هماهنگ کننده را دارند. بر خلاف دولت‌های سنتی که هر وزیر در حیطه وزارخانه خود مختار است و سیاست‌ها را پیش می برد، وزرای ترامپ توان این کار

را ندارند. در نتیجه صحبت یا توافق با وزیر خارجه یا هر مقام دیگری کاملا بی فایده است، چون شخص ترامپ دوست دارد نقش اول را بازی کند و البته عکس‌های جنجالی بگیرد!

● معامله کردن روی هر چیزی

ترامپ خود را یک معامله گر قهار می داند، پس حاضر است در مورد هر چیزی معامله کندو تصمیمات را بر اساس منفعت مالی بگیرد. او نیازی به ثبات در گفتار و رفتار نمی بیند. امروز از کسی بد می گویند و اگر آن فرد معامله بهتری پیشنهاد کند، تبدیل به یک دوست می شود. البته افرادی که بیش از حد به خود مطمئن هستند، نیازی به مشورت با دیگران هم ندارند، پس احتمال فریب خوردن را هم بیشتری می کند. اگر فردی سیاستمدار در مقابل ترامپ قرار بگیرد که نیازهای روانی او را ارضا کند، می تواند به راحتی منافع زیادی از او بگیرد و ترامپ هم خوشحال باشد که معامله خوبی انجام داده است.

● بی اعتنا به عرف بین الملل

ترامپ عرف بین المللی را مانع دستیابی به اهداف خود می داند چون هیچ سیستم منسجمی را تحمل نمی کند. او فقط شخص خود را محور می داند و کلا سیستم‌ها برای مهار افراد طراحی شده اند که کسی نتواند خارج از چهار چوب هر آنچه می خواهد را انجام دهد. برای همین ترامپ مخالف هر نوع سیستمی است. سیستم سازمان ملل، سازمان جهانی بهداشت یا هر سازمان داخلی یا بین المللی که بخواهد عملکرد او را محدود کند را نابود خواهد کرد. برای همین با او نمی توان از طریق قوانین و سازو کارهای سنتی و عرفی بین الملل تعامل کرد.

● بیزار از بی توجهی

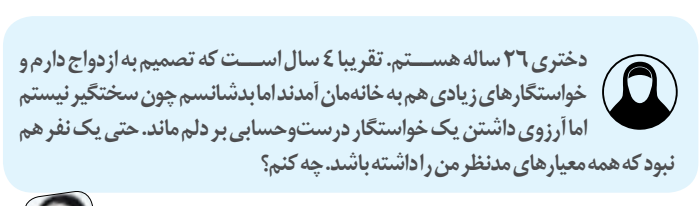
مهم ترین چیزی که خشم ترامپ را بر می انگیزد بی توجهی به اوست. نادیده گرفتن ترامپ او را خشمگین می کند. بهتر است شما مخالف ترامپ باشید چون بالاخره از او صحبت می کنید تا آن که کلا او را نادیده گرفته و بی توجهی کنید. ترامپ اگر مورد بی توجهی قرار گیرد، هر کاری می کند که دوباره به مرکز توجه باز گردد. حملات شخصی علیه مخالفان و اسم گذاری و مسخره کردن آن‌ها در این راستاست تا باعث شود آن‌ها بالاخره یک واکنشی به او نشان دهند. ترامپ خود را مرکز عالم پنداشته و افراد برای او به دوست دارن و دشمنان ترامپ تقسیم می شوند. دسته سومی، مثل افرادی که کلا نسبت به ترامپ بی توجه هستند، در ذهن او وجود ندارد! چون خود را آن قدر مهم می داند که حتی مردم دور افتاده ترین قبایل آفریقا هم باید او را بشناسند و در مورد او صحبت کنند!

● ضرورت توجه مسئولان به این پروفایل شخصیتی

با توجه به پروفایل شخصیتی که از ترامپ گفته شد، باید دید که چگونه می توان بهترین نتیجه را از او گرفت و انتظار می رود متخصصان وزارت امور خارجه در طراحی راهبرد مواجه با ترامپ به پروفایل شخصیتی او هم توجه کنند تا بتوان منافع ملی خود را تامین کنیم. قاعدا سران کشور با توجه به اهداف و سیاست‌های کلی نظام، باید برنامه‌ای منسجم برای رودرویی با ترامپ تهیه کند.

اتاق مشاوره

آرزوی داشتن یک خواستگار درست و حسابی بر دلم ماند



دختری ۳۶ ساله هستم. تقریبا ۴ سال است که تصمیم به ازدواج دارم و خواستگارهای زیادی هم به خانه مان آمدند اما بدشانسم چون سختگیر نیستم اما آرزوی داشتن یک خواستگار درست و حسابی بر دلم ماند. حتی یک نفر هم نبود که همه معیارهای مدنظر من را داشته باشد. چه کنم؟



صدیقه معدنی | کارشناس ارشد روان شناسی

مشاوره

مخاطب گرامی، برای تشکیل زندگی مشترک باید نکات و ملاحظات زیادی را مد نظر قرار دهید تا در آینده با مشکلات کمتری مواجه شوید. شما به قول خودتان در این سال ها، خواستگارهای زیادی داشته اید بنا بر این گفتن این که من خیلی بدشانسم که تا حالا خواستگار درست و حسابی نداشته ام، فقط روان شمار آزرده خواهد کرد به خصوص که خواستگار درست و حسابی از نظر شما، باید تعریف شود تا ببینیم منظورتان دقیقا چیست.
باین حال، چند توصیه به شما می کنم.

● معیارهایتان را اولویت بندی کنید

از دواج موضوعی زمان بر است. باید کمی صبور باشید و خواسته ها و معیارهایتان را اولویت بندی کنید. اگر از دید ارفایان تان و یک مشاور، خواسته های منطقی و معیارهایی اصولی برای انتخاب همسر دارید، مطمئن باشید سرانجام به نتیجه مطلوب خواهید رسید و یک عمر زندگی شیرین را با انتخاب خودتان خواهید ساخت. در این بین، اگر خواسته ها و معیارهایتان غیر منطقی باشد، هم زمان را از دست می دهید و هم فرصت ها را. بنا بر این باید به این موضوع توجه کنید تا در آینده به دلیل تصمیم گیری اشتباه، حسرت نخورید.

● رویکردتان در جلسات خواستگاری متفاوت باشد

توصیه می کنم در درجه اول و در خصوص

تربیت فرزند

غفلت رایج والدین از قدرت کلمات در فرزندپروری

بسیاری از والدین وقتی فرزندشان خاطرات در دناکی از چیزهایی که در لحظات ناراحتی به آن ها گفته شده باز گوی می کنند، عمیقا از آن حرف هایشیمان شده اند. به گزارش «همشهری آنلاین»، فرزندپروری سفری پر از چالش و شادی است. در لحظات پر استرس، کلماتی ممکن است از دهان والدین خارج شوند که بعدها موجب پشیمانی آن ها شود. در حالی که این اظهارات ممکن است در آن زمان موجه به نظر برسند اما بر عزت نفس و سلامت عاطفی کودک تاثیر زیادی دارند. در این جابه ۵ مورد از آن ها با مثال اشاره شده است.

۱ استفاده از عبارات مطلق

مثال والدینی ممکن است با گفتن این جمله که تو همیشه آنچه را که به تو می گویم فراموش می کنی ابر از ناراحتی کند.

نکته اظهارات مطلق می تواند باعث شود کودک احساس ناتوانی در تغییر کند و به طور بالقوه بر اعتماد به نفس و انگیزه او تاثیر بگذارد.

۲ ابراز ناامیدی بدون حمایت

مثال والدین ممکن است ناامیدی را با بیان این جمله ابراز کنند: «ما فکر می کردیم تو بهتر عمل می کنی.»

نکته در حالی که داشتن انتظارات طبیعی است، ابر از ناامیدی بدون ارائه حمایت می تواند منجر به احساس بی کفایتی و اضطراب در کودکان شود.

۳ نادیده گرفتن احساسات کودک

مثال یکی از والدین ممکن است بگوید: «تو بیش از حد حساسی؛ این فقط یک

نکته ها

۶ عبارت تی که آدم های خیلی باهوش روز مره می گویند

۱- نمی دانم

۲- آیا تا حالا توجه کردی که ...؟

۳- بگذارید ببینیم متوجه شدم

۴- نظرات شما برای من محترم است

۵- من اشتباه کردم

۶- چه می شد اگر ...؟

روان شناسی

انتقال آسیب های خشونت به چندین نسل بعد

زندگی پر استرس می تواند تأثیری بر کد ژنتیکی ما بگذارد و حتی این تغییرات ممکن است به نسل های بعدی منتقل شـوند. یک پژوهش جدید نشان می دهد که تأثیر بیولوژیکی آسیب های روحی که یک مادر تجربه می کند، می تواند سال ها پس از وقوع خشـونت باقی بماند و حتی به فرزند ان منتقل شود. به گزارش Scientific Reports، یک تحقیق بین المللی توضیح می دهد که چگونه تروما Trauma و تجربیات تلخ خانوادگی، حتی بدون آن که مستقیم تجربه شوند، احتمال ابتلا به مشکلاتی مانند اضطراب و افسردگی را در نسل های بعدی افزایش می دهند.

● تحلیل ژنتیکی ۳ نسل

محققان در این پژوهش، نمونه های دی ان ای DNA را از ۴۸ خانواده سوری در سه نسل مختلف جمع آوری کردند. این خانواده ها شامل مادران یا مادر بزرگ هایی بودند که در دوران بارداری، از کشتار و محاصره حما در سال ۱۹۸۲ یا قیام مسلحانه سال ۲۰۱۱ در سوریه گریخته بودند. دانشمندان با بررسی نمونه های جمع آوری شده از ۱۳۱ نفر دریافتند که تغییراتی در امضای اپی ژنتیکی این افراد ایجاد شده است. این تغییرات شامل دگرگونی های شیمیایی در ژن ها است که عملکرد آن ها را تغییر می دهد، بدون اینکه توالی دی ان ای را عوض کند.

● آسیب های خشونت چگونه به نسل بعد منتقل می شود؟

محققان با مقایسه این خانواده ها با افرادی که پیش از سال ۱۹۸۰ از سوریه

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام پیامک ۰۹۲۵۴۳۹۴۵۷۶ و تلگرام ۲۰۰۹۹۹۲۰

● چه پلیکان ناز و خوشگلی. آدم وقتی می بینه اش، هوس می کنه که یکی از این ها رو داشته باشه و باهاش سرگرم بشه. ● در صفحه سلامت در باره اشتباهاتی نوشتید که پیترا را خراب می کند. درباره پاستاهم بنویسید. ● آمار سالمندی داره در کشور ما ترسناک



زندگی سلام
چهارشنبه
۲۳ اسفند ۱۴۰۳
۱۱ رمضان ۱۴۴۶
۱۲ مارس ۲۰۲۵
شماره ۲۹۴۸

خانواده و مشاوره