

شما با کدام خلق و خو یا به دنیا نگاه دارید؟

مصطفی علیزاده



فهرست

- ۷..... یادآوری
- ۱: شما با کدام خلق و خو پا به دنیا نهاده‌اید؟..... ۹
- ۲: بی‌غمی عیب بزرگی است، که دور از ما بادا..... ۱۵
- ۳: مردم را در غیبت همان گوی که در روی توان گفت..... ۲۱
- ۴: حسود هرگز نیاسود..... ۲۹
- ۵: سه نوع زندگی..... ۳۳
- ۶: روان‌شناسی اطاعت..... ۳۷
- ۷: آگاهی شما از «خود» تان چگونه است؟..... ۴۱
- ۸: گله، انتقاد و اهانت..... ۴۷
- ۹: مردی که خوش‌بخت بود و خود نمی‌دانست..... ۵۳
- ۱۰: درباره‌ی راست‌گویی..... ۵۹
- ۱۱: ازدواج در بهترین شکلش قراردادی است اجتماعی..... ۶۷
- ۱۲: آیا شما هم مثل من خوش‌شانس هستید؟..... ۷۵
- ۱۳: بایدها و نبایدها..... ۷۷

۱: شما با کدام خلق و خو یا به دنیا نهاده‌اید؟

انتشارات رشد کتاب «هوش هیجانی» نوشته دکتر دانیل گلمن (Daniel Goleman) را با برگردان خوب خانم نسیرین پارسا در سال ۸۰ چاپ کرد و در سال ۸۳ به چاپ سوم رسید. در زمینه‌ی روان‌شناسی پژوهشی کار با ارزش و آموزنده‌ای است.

این جستار را بر پایه‌ی فصل چهاردهم همین کتاب سامان داده‌ام و بنا بر ضرورت نکته‌هایی بر آن افزوده یا کاسته‌ام تا خواننده‌ی عادی بتواند از آن توشه‌ای برگیرد.

دکتر گلمن از «خلق و خوی»^۱ تعریف ساده‌ای دارد:

«خلق و خوی حالت روحی است که زندگی عاطفی هر یک از ما را معین می‌کند.»^۲

دکتر جروم کاگان (Jerome Kagan) روان‌شناس رشدنگر دانشگاه هاروارد، در پژوهش‌هایش به این باور می‌رسد که: «هر نوزادی که پا به دنیا می‌گذارد، دست کم یکی از چهار خلق و خوی زیر را با خود به دنیا می‌آورد. کمرو، جسور، شادمان و غمگین.»

خلق و خوی ترسو یا کمرو (timid)

از هر پنج نوزاد یکی ترسو یا کمروست؛ این نوزاد از هر فرد یا چیز ناآشنا می‌ترسد. دامن مادرش را ترک نمی‌کند و اگر مادر از او دور شود گریه می‌کند؛ او با گریه

1. Temperament

۲. همان، رویه‌ی ۲۹۳.