

روان‌شناسی سیاه و دستکاری

چگونه تکنیک‌های کنترل ذهنی را بشناسیم و

از رازهای هوش هیجانی، ترغیب و

تاثیرگذاری به سود خود بهره بگیریم

تألیف

رایس بیکر

مترجمان

سپیده جعفری، پریسا صمدی، دکتر

سیمین جعفری، دکتر امین رفیعی‌پور

ویراستار علمی: دکتر سیدمحمد رضا علوی‌زاده

فهرست نویسی

سرشناسه	بیکر، ریس Baker, Rhys
عنوان و نام پدیدآوران	روانشناسی سیاه و دستکاری: چگونه تکنیک‌های کنترل‌های ذهنی را بشناسیم و از رازهای هوش هیجانی، ترغیب و تاثیرگذاری به سود خود بهره بگیریم/تألیف رایس بیکر؛ مترجمان سیده جعفری ... (و دیگران)؛ ویراستار: علمی سیدمحمدرضا علوی‌زاده
مشخصات نشر	تهران، رشد فرهنگ، ۱۴۰۰
مشخصات ظاهری	۱۲۵ص: ۵/۲۱x۵/۱۴ س.م
شابک	۹۷۸-۶۳۲-۳۰۵-۴۸۱-۶
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
یادداشت	مترجمان سیده جعفری، پریسا صمدی، سیمین جعفری، امین رفیعی‌پور
یادداشت	عنوان اصلی: Dark psychology and manipulation: How to recognize mind control techniques and use the secrets of emotional intelligence, persuasion and influence to your advantage, 2020
عنوان دیگر	چگونه تکنیک‌های کنترل‌های ذهنی را بشناسیم و از رازهای هوش هیجانی، ترغیب و تاثیرگذاری به سود خود بهره بگیریم
موضوع	تأثیر (روانشناسی) Influence (Psychology)
موضوع	فریبکاری -- جنبه‌های روان‌شناسی Deception -- Psychological aspects
موضوع	کنترل (روانشناسی) Control (Psychology)
موضوع	ارتباط بین اشخاص -- جنبه‌های روان‌شناسی Interpersonal communication -- Psychological aspects
شناسه افزوده	جعفری، سیده، ۱۳۶۷- مترجم
شناسه افزوده	علوی‌زاده، سیدمحمدرضا، ۱۳۶۳- ویراستار
رده‌بندی کنگره	BF۷۷۴
رده‌بندی دیویی	۱۵۸.۵۲
شماره کتابشناسی ملی	۸۶۷۶۴۳۴
اطلاعات رکورد کتابشناسی	فیا

این اثر مشمول قانون حمایت حقوق مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸/۱۰/۱۱ است.

فردی که تمام یا بخشی از این اثر را بدون اجازه ناشر، حروف‌چینی، چاپ، چاپ افست، فتوکپی و انواع دیگر چاپ، عکس‌برداری، تبدیل به pdf و به هر شکلی تکثیر، نشر، پخش و یا عرضه کند، در صورتی آگاهی پدیدآورنده، مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت و در هر صورت از نظر اخلاقی، شرعی و قانونی غیرمجاز است.

استفاده علمی به شکل متعارف و با ذکر منبع مجاز است.

روان‌شناسی سیاه و دستکاری: چگونه تکنیک‌های کنترل ذهنی را

نام کتاب

بشناسیم و از رازهای هوش هیجانی، ترغیب و تاثیرگذاری به سود خود

بهره بگیریم

تألیف

رایس بیکر

مترجمان

سپیده جعفری، پریسا صمدی، دکتر سیمین جعفری، دکتر امین رفیعی‌پور

ویراستار علمی

دکتر سیدمحمد رضا علوی‌زاده

صفحه‌آرایی

انتشارات رشد فرهنگ

طراح جلد

مهندس ریحانه رحیمی

لیتوگرافی، چاپ و صحافی

واصف

نوبت چاپ

اول - بهار ۱۴۰۱

شمارگان

۳۰۰ نسخه

بها

۵۵۰۰۰ تومان

قطع

رقعی

www.ketab.ir

فروش اینترنتی: roshdefarhang.ir



انتشارات رشد فرهنگ

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۲۰۵-۴۸۱-۶

ISBN: 978-622-205-481-6

کلیه حقوق این اثر برای ناشر و مؤلف محفوظ است

آدرس: تهران، خیابان مرتضوی، بعد از تقاطع جیحون، پلاک ۷۰۶

تلفن: ۰۲۱-۶۶۳۷۷۵۷۰

Email: roshdefarhang@yahoo.com

پیشگفتار

در حالی که هیچ رشته تحصیلی حقیقی به نام روان‌شناسی تاریک وجود ندارد، اما روان‌شناسی سیاه موضوعی است که اخیراً مورد توجه قرار گرفته است. پرسشی که پیش می‌آید این است که روان‌شناسی سیاه چیست؟ برای پاسخ به آن ابتدا به به تعریف روان‌شناسی اشاره می‌کنیم. روان‌شناسی مطالعه علمی رفتار و فرایندهای ذهنی است. رفتار به هرگونه رفتار، اعمال و تعاملات پیدا و پنهان ما اشاره دارد خواه آگاهانه یا ناآگاهانه، یا بیرونی یا بیرونی باشد. فرایندهای ذهنی خود رفتارهایی درونی هستند که شامل افکار، هیجان‌ها، نگرش‌ها، فرآیند احساس و ادراک توجه، حافظه و غیره می‌شود. اصطلاح روان‌شناسی سیاه یا روان‌شناسی تاریک پدیده‌ای است که در آن افرادی دستکاری‌کننده و کنترل‌گر برای رسیدن به آنچه دلخواهشان است از تکنیک‌های انگیزشی، ترغیب، دستکاری و اجبار قربانیان خود استفاده می‌کنند. این موضوع از روان‌شناسی از اصول گرایش‌های روان‌شناسی بالینی، اجتماعی، و روان‌شناسی دین و موضوع‌هایی مانند روان‌شناسی بین‌فردی، آسیب‌شناسی روانی، انگیزش و هیجان، رفتارگرایی استفاده می‌کند.

این کتاب در هشت فصل توسط ریس بیکر نوشته شده است و با ترجمه همکاران گرامی، خانم‌ها سپیده جعفری، پریسا صمدی، دکتر سیمین جعفری و آقای دکتر امین رفیعی‌پور در اختیار خوانندگان گرامی قرار گرفته است. امید است که این کتاب به روان‌شناسان، روان‌درمانگران و مشاوران، دانشجویان

روان‌شناسی، سیاست‌مداران، مدیران، آموزگاران، مربیان، زوجین، فروشندگان و هر فردی که با دیگران ارتباطی اجتماعی دارد کمک کند تا فرد با شناسایی الگوهای ارتباطی سمی و پیشگیری از آن‌ها هزینه‌های تحمیلی کمتری را بپردازد.

در انتها از همکاران مترجم کتاب و مدیریت انتشارات رشد فرهنگ جناب آقای دکتر علیرضا محمدی آریا که آماده شدن این کتاب را ممکن ساختند تشکر می‌کنم.

دکتر سیدمحمد رضا علوی زاده

پاییز ۱۴۰۰

www.ketab.ir

فهرست مطالب

پیشگفتار.....	۵
مقدمه.....	۱۱
فصل یکم: کنترل ذهن و تأثیر هیجانی.....	۱۵
تأثیر هیجانی چیست؟.....	۱۵
کنترل ذهن چیست؟.....	۱۶
فصل دوم: روند کنترل ذهن.....	۲۱
ارتباط بین کنترل ذهن و تأثیر هیجانی.....	۲۸
انواع کنترل ذهن.....	۲۹
فصل سوم: فریب.....	۳۱
فریب چیست؟.....	۳۱
نقش تأثیر هیجانی در فریب.....	۳۵
روند فریب.....	۳۶
هدف نهایی.....	۳۷
شناسایی کردن افراد موردنظر بالقوه فریب.....	۳۷
بررسی کردن فرد موردنظر.....	۳۷
انتخاب نهایی بهترین تکنیک.....	۳۸
تشخیص فریب.....	۳۹
مشخصات فریبکاران.....	۴۱
حوزه‌هایی از زندگی ما که فریب در آن‌ها رایج است.....	۴۸
فصل چهارم: تکنیک‌های مورد استفاده در فریب.....	۵۵
یک: استتار.....	۵۵
دو: تظاهر.....	۵۶

- ۵۶ جعل
- ۵۷ تقلید
- ۵۷ پرت کردن حواس
- ۵۷ سوم: تغییر شکل
- ۵۹ دروغ‌ها
- ۵۹ پنهان‌کاری
- ۶۰ در باغ سبز نشان دادن
- ۶۰ ابهام
- ۶۱ دست‌کم گرفتن
- ۶۲ اغراق
- ۶۲ فریفتگی و اغواء
- ۶۳ انطباق با اصول عقلانی
- ۶۴ در نقش خادم بازی کردن
- ۶۵ انحراف
- ۶۵ بازی دادن قربانی
- ۶۶ خیره کردن
- ۶۷ تظاهر به اقتدار
- ۶۹ فصل پنجم: چگونه از خود در برابر تکنیک‌های فریب دفاع کنیم؟
- ۷۰ ۱. وقتی معامله خیلی خوب به نظر می‌رسد
- ۷۰ ۲. کمی کنکاش کنید
- ۷۱ ۳. دلیل و مدرک بخواهید
- ۷۲ ۴. روابط خود را به سمت رو به ترقی تنظیم کنید
- ۷۳ ۵. درخواست کمک کنید
- ۷۳ ۶. کمک درخواست شده را رد کنید
- ۷۴ ۷. مواظب چاپلوسان باشید
- ۷۵ ۸. اهداف افراد را بشناسید
- ۷۵ ۹- اجازه دهید عزت شما راهنمایی کند
- ۷۶ ۱۰- مستقل باشید

۷۷	۱۱- زیاد در دسترس نباشید
۷۸	۱۲- تمرین صبر
۷۹	۱۳- مراقب سرنخ‌ها باشید
۸۰	۱۴- نظر خود را بیان کنید
۸۰	۱۵- بلند شوید و ترک کنید
۸۱	۱۶- به غریزه خود اعتماد کنید
۸۲	۱۷- با احتیاط باشید
۸۵	فصل ششم: دستکاری
۸۵	دستکاری چیست؟
۹۱	رفتارهای فرد دستکاری کننده
۹۷	نمونه‌هایی از دستکاری
۱۰۵	فصل هفتم: تکنیک‌های کاربردی در دستکاری
۱۰۵	۱- فرافکنی
۱۰۶	۲- تعمیم
۱۰۷	۳- تقویت متناوب
۱۰۸	۴- تقویت منفی
۱۰۸	۵- جروبحث
۱۰۹	۶- توهین‌های غیرمستقیم
۱۱۰	۷- ایرادگیری
۱۱۱	۸- تکنیک نوراندازی (جهت‌دهی)
۱۱۲	۹- از بین بردن عزت نفس
۱۱۲	۱۰- دروغ گفتن
۱۱۳	۱۱- احساس گناه
۱۱۵	۱۲- تهدید کردن
۱۱۵	۱۳- مثلت‌سازی
۱۱۶	۱۴- شرطی‌سازی
۱۱۷	۱۵- سرد شدن
۱۱۸	۱۶- انتقام منفعلانه

مقدمه

از این که کتاب روان‌شناسی سیاه^۱ و دستکاری^۲ را تهیه کرده‌اید از شما متشکریم و به شما تبریک می‌گوییم. روان‌شناسی سیاه شاخه‌ای از روان‌شناسی است که خیلی رایج نیست، اما با وجود ناشناخته بودن برای ما، جنبه‌ای است که هر روز بر زندگی ما تأثیر می‌گذارد. این واقعیت که این موضوع دست کم گرفته شده است باعث شده است که بسیاری از مردم به دام افراد بدخواهی بیفتند که شیوه‌های گوناگون روان‌شناسی سیاه را استفاده می‌کنند تا طعمه‌های بی‌خبر خود را شکار کنند. در هر حال، کتابی که در دست دارید، در دنیای تاریک و کشف‌نشده این روان‌شناسی ناشناخته عمیقاً کاوش خواهد کرد و اطمینان حاصل می‌کند که تا پایان آن شما این مفهوم اسرارآمیز را بهتر درک کنید.

کتاب حاضر، کنترل ذهن^۳ را به عنوان یکی از موضوعات اصلی زیرمجموعه روان‌شناسی سیاه توضیح می‌دهد. شما همه چیز درباره دو شکل کنترل ذهن یعنی دستکاری و فریب^۴ خواهید آموخت. شاید تعجب کنید از درک این موضوع که این دو جنبه کنترل ذهن چگونه برای تأثیرگذاری بر تصمیم‌های و زندگی شما به طور کلی مورد استفاده قرار گرفته‌اند. دلیلی برای نگرانی از افشاگری‌های تکان‌دهنده‌ای که برای شما آشکار می‌شوند وجود ندارد زیرا این کتاب شما را برای درک فنون مورد استفاده در فرایندهای این دو کنترل ذهن راهنمایی

¹ Dark psychology

² manipulation

³ Mind control

⁴ deception

می‌کند. حتی بهتر از این‌ها، شما یاد می‌گیرید که اگر خود را گرفتار در تور فردی حيله‌گر و کنترل‌کننده ذهن یافتید چگونه رهایی یابید یا اصلاً در دام نیفتید و از آن بگریزید.

در فصل اول به ساده‌ترین زبان، کنترل ذهن (تأثیر هیجانی)^۱ برای شما توضیح داده می‌شود. شما متوجه خواهید شد که همان‌گونه که منز به‌عنوان یکی از پیچیده‌ترین و پیشرفته‌ترین عضوهای [زیست‌شناختی] در جهان شناخته می‌شود، می‌تواند بدون اطلاع صاحبش از بیرون تحت تأثیر قرار بگیرد و تبدیل به یک ربات یا ماشین شود. اولین نمونه کنترل ذهن در فصل دو تعریف شده است: فریب. شما متوجه خواهید شد که از روی عمد فریب خوردن تا حدی که حتی متوجه نخواهید شد به چه معناست، البته با خواندن این کتاب متوجه خواهید شد! علاوه بر این نمونه‌هایی از موارد واقعی فریب خواهیم داشت. فصل ۳ موضوع فریب را بسط خواهد داد و تکنیک‌های اصلی مورد استفاده در هنر فریب را ارائه خواهد داد. فصل چهار روش‌های مؤثر دفاع از خود در برابر فریب خوردن را ذکر می‌کند. فصل پنج، دومین نمونه کنترل ذهن معرفی خواهد شد: دستکاری. در این بخش شما تعریف و همچنین مواردی از این که دستکاری چگونه در زندگی واقعی عمل می‌کند را دریافت خواهید کرد. فصل ششم تکنیک‌های رایج مورد استفاده در دستکاری و شیوه‌شناسایی آن‌ها را توضیح خواهد داد. فصل هفت آخرین فصل این کتاب خواهد بود و راه‌های دفاع از خود در برابر دستکاری را بررسی خواهد کرد.

^۱ Emotional influence