

تو هم گاهی مدارا کن!

روش‌های ارتباط با افراد دشوار

هادی عبدلی



نقد و بررسی
کتاب

کتاب دانشجو

— تو هم گاهی مدارا کن! —

روش‌های ارتباط با افراد دشوار

هادی عبدلی

ناشر: انتشارات کانون اندیشه جوان

طراح جلد: وحید اصفهانیان

چاپ اول: ۱۳۹۶

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۹۰۰۰ تومان

چاپ و صحافی: نازو



سرشناس: عبدلی، هادی، ۱۳۶۴-

عنوان و نام پدیدآور: تو هم گاهی مدارا کن! روش‌های ارتباط با افراد دشوار / هادی عبدلی.

مشخصات نشر: [تهران]: کانون اندیشه، ۱۳۹۶.

مشخصات ظاهری: ۱۱ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۵۹-۳۰۰-۰

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا.

یادداشت: کتابنامه. یادداشت: نه.

موضوع: اختلالات شخصیتی.

موضوع: Personality disorders.

موضوع: (تعارض) روانشناسی.

موضوع: Conflict (Psychology).

موضوع: روان‌شناسی اجتماعی.

موضوع: Social psychology.

موضوع: تضاد

موضوع: Theory of, Opposition.

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۶ ت ۹۲ع/ RC۵۵۴

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۵۸

شماره کتابشناسی ملی: ۴۹۵۹۸۴۶

تقاطع بزرگراه شهید مدرس و خیابان شهید بهشتی، پلاک ۵۶

تلفن ۸۸۵۰۵۴۰۲ - ۸۸۵۰۳۳۴۱

همه حقوق محفوظ است

فهرست

۹	پیش‌دفتار
۱۳	مقدمه
۱۵	فصل اول: کلیات
۱۵	الف) افراد دشوار چه کسانی هستند؟
۱۷	ب) انواع افراد دشوار
۱۷	افراد بدبین (پارانویید)
۱۷	افراد عجیب و غریب (اسکیزوپس)
۱۸	افراد سرد و نجوش (اسکیزوئید)
۱۸	افراد ضداجتماعی (آنتی سوشال)
۱۸	افراد مغرور و خودبین (خودشیفته)
۱۹	افراد دمدمی مزاج (مرزی)
۱۹	افراد نمایشی (هیسریانیک)
۱۹	افراد منفعل - پرخاشگر (منفی‌گرا)
۲۰	افراد دوری‌جو و خجالتی
۲۰	افراد وابسته
۲۱	افراد کمال‌گرا و سخت‌گیر (وسواسی)
۲۱	افراد افسرده (شخصیت افسرده)
۲۲	افراد خودآزارگر
۲۲	افراد دگرآزارگر

۲۳	 (ج) تشخیص اختلال‌های شخصیت
۲۳	 (د) درمان افراد دشوار
۲۷	 فصل دوم: افراد فریبکار و دروغگو (ضداجتماعی)
۲۷	 (الف) علائم و نشانه‌های افراد فریبکار
۲۹	 (ب) میزان شیوع این مشکل
۲۹	 (ج) مشکلات شایع در ارتباط با افراد فریبکار و دروغگو
۳۰	 (د) آسیب‌های احتمالی در ارتباط با این افراد
۳۱	 (هـ) نکاتی که در رفتار با این افراد باید مد نظر قرار داد
۳۷	 فصل سوم: افراد پرخاشگر و فحاش (ضداجتماعی)
۳۷	 (الف) علائم و نشانه‌های افراد پرخاشگر و فحاش
۴۰	 (ب) تفاوت افراد پرخاشگر و فحاش با افراد مشکل‌دار دیگر
۴۰	 (ج) میزان شیوع این مشکل
۴۰	 (د) مشکلات شایع در ارتباط با افراد پرخاشگر و فحاش
۴۰	 (هـ) آسیب‌های احتمالی در ارتباط با این افراد
۴۱	 (و) نکاتی را که در رفتار با این افراد باید مد نظر قرار داد
۴۹	 فصل چهارم: افراد خودشیفته (مغرور و خودپسند)
۴۹	 (الف) علائم و نشانه‌های افراد خودشیفته
۵۱	 (ب) تفاوت افراد خودشیفته با افراد مشکل‌دار دیگر
۵۲	 (ج) میزان شیوع این مشکل
۵۲	 (د) مشکلات شایع در ارتباط با افراد خودشیفته
۵۴	 (هـ) آسیب‌های احتمالی در ارتباط با این افراد
۵۶	 (و) نکاتی که در رفتار با افراد خودشیفته باید مد نظر قرار داد
۶۵	 فصل پنجم: افراد دمدمی مزاج (مرزی)
۶۵	 (الف) علائم و نشانه‌های افراد دمدمی مزاج
۶۸	 (ب) تفاوت افراد دمدمی مزاج با افراد مشکل‌دار دیگر
۶۸	 (ج) میزان شیوع این مشکل

۶۸	(د) مشکلات شایع در ارتباط با افراد دمدمی مزاج
۷۰	(ه) آسیب‌های احتمالی در ارتباط با این افراد
۷۱	(د) نکاتی که در برخورد با این افراد باید مد نظر قرار داد
۷۷	فصل ششم: افراد بدبین (پارانویید)
۷۷	(الف) علایم و نشانه‌های افراد بدبین
۸۰	(ب) تفاوت افراد بدبین با سایر افراد مشکل‌دار
۸۰	(ج) میزان شیوع این مشکل
۸۰	(د) مشکلات شایع در ارتباط با افراد بدبین
۸۱	(ه) آسیب‌های احتمالی در ارتباط با این افراد
۸۲	(و) نکاتی که در رفتار با افراد بدبین باید مد نظر قرار داد
۸۵	(ز) افراد بدبین در قرآن و احادیث
۹۵	فصل هفتم: افراد سخت‌گیر و یق‌نقو
۹۵	(الف) علایم و نشانه‌های افراد سخت‌گیر و یق‌نقو
۹۸	(ب) میزان شیوع این مشکل
۹۸	(ج) مشکلات شایع در ارتباط با افراد سخت‌گیر و یق‌نقو
۹۹	(د) آسیب‌های احتمالی در ارتباط با این افراد
۱۰۰	(ه) نکاتی که در رفتار با این افراد باید مد نظر قرار داد
۱۰۴	(و) افراد سخت‌گیر و یق‌نقو در قرآن و احادیث
۱۰۴	درمان فرد سخت‌گیر و یق‌نقو
۱۰۷	کتابنامه
۱۱۱	نمایه اعلام

پیشگفتار

شاید شما هم در تعاملات اجتماعی با افرادی مواجه شده‌اید که سازگاری با آنها بسیار دشوار بوده است. این افراد به شیوه‌ای ناسازگارانه با محیط و افراد تعامل می‌کنند و باعث رنج دیگران می‌شوند. برای ورود رنج‌چندانی از این رفتار، تجربه نمی‌کنند و احساس غیرطبیعی بودن ندارند. روان‌شناسی این افراد را دارای اختلال شخصیت معرفی می‌کند. در این کتاب نویسنده بر اساس تا نکاتی را در برخورد با این افراد که البته انواع مختلفی دارند نظیر - فریبکار، پرخاشگر، خردشکن، دمدمی مزاج، بدبین و سخت‌گیر - را معرفی کند تا در برخورد با این افراد آسیب کمتری متوجه شما گردد و رابطه بهتری با آنها برقرار کنید.

اثر حاضر محصول تلاش گروه اخلاق، تربیت و روان‌شناسی مرکز پژوهش‌های جوان است. این مجموعه، شاخه‌ای از شاخسار پربر و بار پژوهش، فرهنگ و اندیشه اسلامی^۱ است که با گروه‌های علمی «بینش و اندیشه»، «مطالعات اجتماعی و فرهنگی»،

۱. پژوهشگاه فرهنگ و اندیشه اسلامی با توجه به بایستگی تحقیقات دقیق و منسجم، برپه‌پروری و نوآوری پیرامون زیرساخت‌های اندیشه دینی و نظامات اجتماعی مبتنی بر آن و پرداخت علمی و روزآمد به حوادث فکری و صیانت از هویت فرهنگی و سلامت فکری قشرهای تحصیل کرده و نسل جوان کشور، به عنوان نهادی علمی - پژوهشی و آموزشی، دانشگاهی و حوزوی در سال ۱۳۷۳ تأسیس شد. این پژوهشگاه دارای شخصیتی حقوقی، مستقل و در حکم نهاد عمومی و غیردولتی و غیرانتفاعی است که در قالب چهار پژوهشکده حکمت و دین‌پژوهی، نظام‌های اسلامی، فرهنگ و مطالعات اجتماعی و دانش‌نامه‌نگاری دینی و همچنین مرکز پژوهش‌های جوان فعالیت می‌کند.

«نظام‌ها و مطالعات انقلاب اسلامی»، «اخلاق، تربیت و روان‌شناسی»، «سنت‌های حوزوی و آداب طلبگی» و «ادب و هنر» به افق‌های پیش رو و گام‌های پیشرو در عرصه فرهنگ جامعه اندیشیده و آثار مفیدی به ثمر نشانده است. رشد و شکوفاندن باورها و گرایش‌های دینی، معرفی الگوهای مطلوب رفتار دینی و پاسخ به نیازها و خواسته‌های جوانان در زمینه‌های دینی، فرهنگی و اجتماعی از برجسته‌ترین اهداف فراوری مرکز است تا ارساد شرایط روز جامعه، به صید موضوعات ضروری دست زند و پژوهش‌هایی مفید بیابند.

مرکز نیز در سال‌های جوان در چهار سطح جوان، دانشجو، اندیشه و طلبه به تولید آثاری در قالب‌ها و آیه‌ها، گوناگون مشغول است:

۱. «کتاب جوان» برای مخاطبان جوانی تهیه می‌شود که ۱۷ تا ۲۴ ساله‌اند و دوره متوسطه تحصیلی را سپری کرده‌اند.

۲. «کتاب دانشجو» مربوط به جوانان دانش‌پژوه در مقطع کاردانی و کارشناسی است که به طور معمول ۱۸ تا ۲۶ سال سن دارند.

۳. «کتاب اندیشه» برای جوانانی نگاشته می‌شود که پویایی فکری خویش را تعالی بخشیده و بر فرازی فراتر از مقطع کارشناسی پیمانه‌اند. به طور معمول کمتر از ۲۸ بهار را پشت سر گذاشته‌اند.

۴. «کتاب طلبه» با جوانانی سخن می‌گوید که سال‌های نخست و سطوح میانی علوم حوزوی را می‌گذرانند.

کتاب پیش رو از آثار سطح دانشجوی این مرکز است و یکی از آثار مجموعه کتاب‌های ۱۸+ است. منظور از مثبت هجده، کتاب‌هایی است که به مهارت‌آموزی جوانان عمده‌تأ بالایی ۱۸ سال اختصاص دارد و با دید مثبتی که دارد، به دانش و مهارت آنان می‌افزاید.

این مرکز با قدردانی از جناب حجت‌الاسلام و المسلمین آقای هادی عبدلی برای انجام این اثر، تلاش مجدانه مدیر گروه اخلاق، تربیت و روان‌شناسی، حجت‌الاسلام و

المسلمین دکتر محمدمهدی عباسی آغوی و همکاری ارزیاب گرامی، آقای حجت الاسلام
دکتر حمزه عبدی را ارج می‌نهد و صمیمانه در انتظار نقدها و پیشنهادهای خوانندگان
تیزبینمان نشسته است.

مرکز پژوهش‌های جوان

www.ketab.ir