
سبک زندگی و ویژگی‌های شخصیتی هنرمندان و افراد عادی

تألیف و گردآوری

لیلا ابوالفتحی دیوان

www.ketab.ir



سرشناسه	ابوالفتحی دوبران، لیلا، ۱۳۵۶-، گردآورینده
عنوان و نام پدیدآور	سبک زندگی و ویژگی‌های شخصیتی هنرمندان و افراد عادی / تألیف و گردآوری لیلا ابوالفتحی دوبران.
مشخصات نشر	تهران: پادینا، ۱۴۰۱.
مشخصات ظاهری	۹۰ص.
شابک	۵۵۰۰۰ ریال 978-622-294-212-0
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	کتابنامه: ص. ۷۳-۹۰.
موضوع	هنرمندان -- روان‌شناسی Artists -- Psychology شیوه زندگی -- جنبه‌های روان‌شناسی 1. lifestyles -- Psychological aspects شخصیت Personality
رده بندی کنگره	NX۱۶۵
رده بندی دیویی	۹۲۲/۷۰۰
شماره کتابشناسی ملی	۸۸۳۳۸۰۱

سبک زندگی و ویژگی‌های شخصیتی هنرمندان و افراد عادی

تألیف و گردآوری: لیلا ابوالفتحی دوبران

www.ketab.ir



ناشر: انتشارات پادینا طراحی جلد و صفحه‌آرایی: انتشارات پادینا، نوبت چاپ: اول (۱۴۰۱)
شمارگان: ۱۰۰۰ جلد شابک: ۰-۲۱۲-۲۹۴-۶۲۲-۹۷۸ چاپ و صحافی: سامان قیمت: ۵۵ هزار تومان

میدان انقلاب، ابتدای کارگر جنوبی، کوچه رشتچی پلاک ۷، واحد ۳، انتشارات پادینا

تلفن: ۷۷۴۲۱۷۵۷ و ۱۷-۶۶۹۴۹۱۱۵ (۰۲۱) همراه: ۰۹۰۲۵۰۸۸۳۸۱

www.padinapub.com | insta:@padinapublication | padina.pub@gmail.com

فهرست مطالب

۷.....	مقدمه
۱۵.....	فصل اول
۱۷.....	تعریف سبک زندگی
۲۲.....	مؤلفه‌های سبک زندگی
۲۴.....	عوامل مربوط به سبک زندگی والدین
۲۶.....	کارکردهای سبک زندگی
۲۶.....	تحول سبک زندگی
۲۸.....	هسته مرکزی سبک زندگی
۲۸.....	سبک زندگی از نگاه آدلر
۳۱.....	فصل دوم
۳۳.....	نظریات سبک زندگی
۳۳.....	مدل نظری سبک زندگی سلامت از کاکراهام
۳۵.....	نظریه آدلر
۳۷.....	نظریه علوم اجتماعی
۴۰.....	طبقه بندی سبک زندگی آدلر
۴۳.....	فصل سوم
۴۵.....	ویژگیهای شخصیتی
۴۵.....	تعریف شخصیت
۴۷.....	شکل گیری تاریخی ویژگی‌های شخصیت
۴۹.....	تعریف ویژگی‌های شخصیت
۵۱.....	نظریه ویژگی‌های شخصیت
۵۳.....	دیدگاه روان پویایی
۵۸.....	سه بعد شخصیت آیزنک
۶۴.....	نظریه ریموند کتل
۶۸.....	رویکرد یادگیری اجتماعی
۷۱.....	منابع

بسیاری از رفتارهای انسان، به ویژه رفتار هنرمندان، به طور کلی تابع ویژگی‌های منحصر به فرد در حوزه‌ی توانایی‌های شناختی، انگیزه و ساختار شخصیت آنها است. ارنه‌ایم معتقد است که فعالیت هنری، گونه‌ای از خردورزی است که در آن درک و تفکر، به صورت تفکیک ناپذیری در هم پیچیده‌اند. به نظر وی، هنرمندان با تجسم به کشف توانایی‌های خود می‌پردازند، که این امر موجب تسهیل عملکردهای تفکر می‌گردد. در نتیجه، تجسم بخشیدن ضامن بازآرایی ذهنی و کارآمد اطلاعات است. فرام (۱۳۸۷) معتقد است هنرمندان ویژگی‌های متعددی دارند؛ از جمله استعداد شگفت زدگی، توانایی تمرکز فکر، توانایی پذیرش تعارض و تنش و میل به شکوفایی پیاپی، حس کنجکاوی، صداقت، پذیرش مسئولیت، بی‌طرفی، دوری از تعصب، تمایل به نظم و ترتیب، نرمش، ایستادگی و قاطعیت. به نظر می‌رسد تعدادی از این ویژگی‌ها را می‌توان به صورت ویژگی‌های شخصیتی منحصر به فرد هنرمندان طبقه بندی کرد.

ویژگی‌های شخصیتی سبک‌های فکری احساس کردن، رفتار کردن و اندیشیدن هستند. ارزیابی شخصیت در دو دهه‌ی گذشته مشخص کرده است، شخصیت می‌تواند به وسیله یک مدل پنج عاملی بررسی شود. این مدل، شخصیت را متشکل از پنج عامل اصلی روان رنجورخویی، برون گرایی، گشودگی به تجربه، سازگاری و وظیفه شناسی می‌داند که هر یک از این عامل‌ها، از طریق شش صفت مشخص می‌شوند. مطالعات متعددی با هدف شناخت نیم رخ شخصیتی هنرمندان اجرا شده است.

آیزنک (۱۹۹۳)، گزارش می‌کند که هنرمندان برای تنظیم هیجان‌های خود نسبت به دیگران، بیشتر به گوش دادن به موسیقی و دیدن تصاویر نیاز دارند. یکی از ویژگی‌های مهم هنرمندان، گشودگی به تجربه است. کسانی که به موسیقی‌های متفاوتی گوش می‌دهند و همچنین در طراحی، از رنگ‌های متنوع و بیشتری استفاده می‌کنند یا کسانی که به نویسندگی و ادبیات علاقه دارند، در پذیرش تجارب جدید ریسک زیادی می‌کنند؛ این بدین معناست که این گونه افراد، در درک زیبایی شناختی، کنجکاوی، خلاقیت و نیز غیر سنتی بودن و شکستن بعضی هنجارها نسبت به دیگران میل بیشتری دارند. تمایل هنرمندان به تجارب

منفی، مانند ترس، غم، خشم و احساس انزجار یکی دیگر از هسته‌های اصلی در احساس روان رنجوری این افراد است. میل به برون گرایی و وظیفه شناسی و پشتکار در رسیدن به اهداف از ویژگی‌های دیگر هنرمندان است.

طبق تعاریف موجود، هنرمند کسی است که دارای قدرت خلاقیت است و می‌تواند با استفاده از این توانایی اثری نو ایجاد کند. کار هنری می‌تواند برای یک هنرمند، حرفه اصلی یا یک کار جانبی باشد و در تعریف هنر گفته می‌شود که هنر عاملی است برای ایجاد نوعی احساس در بیننده و لذا هنرمند باید خود صاحب یک احساس قوی و روحی لطیف باشد. می‌توان گفت هنر، برای هنرمندان، وسیله ایی می‌شود برای تسکین دردها و آلام، بیان راز درون و هماهنگ کردن زندگی درونی با زندگی عینی، و این همان "والایش" است که ارسطو فیلسوف یونانی آن را مهمترین روش مداوای روانی می‌شناسد.

شخصیت هنرمند مهمترین عامل هنر آفرینی اوست و خواه نا خواه در آثار او منعکس می‌شود. شخصیت هنرمند میانجی واقعیت و اثر هنری است. واقعیت را جذب می‌کند و به صورت هنر درمی‌آورد. مجموع روابطی که هنرمند را در میان می‌گیرند، به او شخصیتی معین می‌بخشد. درست است که شخصیت اساساً معلول محیط اجتماعی است، ولی شخصیت هر کس چون استوار شود، به عنوان یک واقعیت، در کارکردهای شخص و بدان وسیله، در محیط اجتماعی اثر می‌نهد. در گذشته از محیط اجتماعی و از آن جمله، محیط طبقه ای عامل‌های خصوصی فراوان در شخصیت هنرمند مؤثر می‌افتند. از این قبیل اند: سن، کامیابی‌ها و ناکامی‌های خصوصی، پایگاه اجتماعی و بیشش اجتماعی هنرمند، در شخصیت او تأثیر عمیق و مداوم باقی می‌گذارند.

منظور از واژه‌ی شخصیت، ویژگی‌های روانشناختی و رفتاری نسبتاً پایدار فرد، دیدگاه او نسبت به جهان و شیوه برقراری ارتباط با آن می‌باشد. شخصیت از صفات یا گرایش‌هایی تشکیل می‌شود که به تفاوت‌های فردی در رفتار، ثبات رفتار در طول زمان و تداوم رفتار در موقعیت‌های گوناگون می‌انجامد. شخصیت به عنوان الگوهای متمایز و اختصاصی اندیشه، هیجان و رفتار فرد است که سبک تعامل وی با محیط‌های فیزیکی و اجتماعی را مشخص

می‌سازد. مدل پنج عاملی شخصیت، یک سازمان سلسله مراتبی از صفات شخصیتی در اصطلاح پنج بعد اساسی است: برون گرایی، توافق پذیری، وجدانی بودن، روان آزاده گرایی و گشودگی به تجربه. برون گرایی، شامل اجتماعی بودن و صفاتی مثل سرزندگی، شادابی، جرات ورزی، نیاز به فعالیت، هیجان و تحریک است. توافق پذیری، اختلافات فردی در گرم بودن، مهربانی، صمیمیت و دلسوزی در تعاملات اجتماعی با افراد دیگر را نشان می‌دهد که به اجتناب از مخالفت‌های بین فردی بودن کمک می‌کند. از ویژگی‌های بعد وجدانی بودن، دقت، خوش قولی، قابلیت اعتماد، وظیفه شناسی، تلاش برای موفقیت و منضبط بودن است. روان آزاده گرایی یک بعد از شخصیت بهنجار است که نشان دهنده تمایل عمومی به تجربه منفی است که مانند ترس، غم، خجالت، خشم، گناه و انزجار تاثیر می‌گذارد. گشودگی به تجربه نیز توصیف کننده گستردگی، عمق، پیچیدگی و خلاقه بودن زندگی ذهنی و تجربه‌های فرد در مقابل داشتن ذهنی سبک است.

روان شناسان پس از چندین دهه تلاش، شخصیت را در پنج عامل بزرگ خلاصه کردند. این پنج عامل بزرگ عبارت بودند از روان رنجور خوبی، برون گرایی، گشودگی به تجربه، دلیپذیری و با وجدان بودن. با وجود این، به تازگی روان شناسان ابعاد دیگری از شخصیت را فراتر از مدل پنج عاملی به دست آوردند. اشتون و لی (۲۰۰۱)، شش بعد دیگری را به دست آوردند که با مدل پنج عاملی متفاوت بود و مدل هگزاکو (برگرفته از حرف اول شش بعد) لقب گرفت، ابعاد شش گانه‌ی این مدل شامل صداقت- تواضع (H)، تهییج پذیری (E)، برون گرایی (X)، دلیپذیری (A)، باوجدان بودن (C) و گشودگی به تجربه (O) است. از طرف دیگر، بررسی علمی شخصیت در سلامت نیز به شناسایی الگوهای مختلف شخصیتی منجر شده است که بعضی از این الگوها به عنوان تیپ‌های شخصیتی مستعد برخی بیماری‌های روانی- جسمی و روان تنی مفهوم سازی شده اند.

به نظرمی رسد، اشخاص در انتخاب علایق و حرفه و شغل خاص خود تحت تأثیر ظرفیت‌ها، سبک زندگی و ویژگی‌های شخصیتی خود قرار دارند و نیز هر محیطی دارای ویژگی‌ها و نگرش‌ها و ارزش‌های خاص خود می‌باشد که هرچه الگوی شخصیتی و محیطی بیشتر با