

## آیا انگیزه زندگی خویش را می شناسید؟

موفقیت، مقام، خانواده. کدامیک برای شما از اهمیت واقعی برخوردار است؟ خوشبختی شما در گرو چه چیزی است؟ چه ارزشهایی در زندگی شما تعیین کننده هستند؟  
به یاری یک مدل شخصیتی جدید می توانید خود و دیگران را بهتر بشناسید.

از آقای آندریاس هوبر از مجله علمی آلمانی "روانکاوی امروز" دفتر شش "کمپاکت"  
Psychologie Heute, Compact, Heft 6

مترجم مهندس جواد ولدان

[www.Iran-Azad.De](http://www.Iran-Azad.De)

[Info@iran-azad.de](mailto:Info@iran-azad.de)

چرا انسانها اینگونه رفتار می کنند؟ انگیزه رفتار و کردار آنان چیست؟ چه چیز آنها را خوشبخت و راضی می کند؟

در بسیاری از مطالعات، پژوهشات و بررسیها با شرکت بیش از شش هزار نفر از مردان و زنان در ایالات متحده، کانادا و ژاپن آقای استیون رایس محقق و پژوهشگر مقوله انگیزه ها از دانشگاه اهایو به چنین نتایجی می رسد: اساس و شالوده تمامی رفتارهای انسانی را شانزده انگیزه تشکیل می دهند. این انگیزه ها، آمال و ارزشها زندگی ما را تعیین می کنند: این مواد هستند که ما را ساخته و پرداخته اند و به حیات و زندگی ما هدف و معنا می بخشند.

در این رابطه نکته بویژه حائز اهمیت این است: هر انسان دارای یک پروفیل انگیزه ای خاص و منحصر بفرد می باشد. هیچ انگیزه ای در زندگی وجود ندارد که از طرف دو انسان به یکسان تجربه گردد و یا شکل پذیرد. ما بسیار بیشتر از آنچه که تا کنون روانکاوان عقیده داشتند، از فردیت و شخصیت انحصاری برخورداریم: پژوهشگر و روانکاو شخصیت موکدا چنین می گوید که "آنچه انسانها را بدینگونه مجزا و منحصر به فرد می نماید، ترکیب این نیازمندیها و اهمیتی است که اینها برای فرد آنان در بر دارد."

تحقیقات آقای رایس دارای عواقب و نتایج بسیار عملی برای تربیت، خانواده، روابط زناشویی و اما همچنین برای توفیق در زندگی شغلی و در جمع خوشبختی در زندگی است. او به انتقاد از آموزش و پرورش می پردازد، زیرا که آموزش و پرورش بر چنین مفروضاتی استوار است که همه کودکان و نوجوانان به یک حد و درجه کنجکاوی هستند و پتانسیل طبیعی یادگیری و آموزشی آنها یکسان و مشابه است. کشفیات وی نشان می دهند که کودکان و بالغین در این قابل تمایز و تفاوت هستند که به چه اندازه از یک چیز نو لذت ببرند: "اینکه یک نفر کنجکاوی نباشد، ابداً مسئله و مشکلی نیست. یک کودک می تواند بسیار با هوش باشد، بدون اینکه علاقه ای به مدرسه داشته باشد." اما از آنجا که این تصور، که انسان مجاز به لذت نبردن از یادگیری باشد، کاملاً ممنوع است، آموزگاران و والدین با برنامه هایی که در تربیت و در تعویض تربیت کودکان ترتیب می دهند، اشتباه بسیار بزرگی مرتکب می شوند. تا آن زمان که کودک به تحصیل درجه ای از استاندارد نائل می گردد و حقیقتاً ناموفق نمی باشد، والدین می بایست انتظارات خویش را تصحیح و تعدیل نمایند، زیرا که غیر از این تنها به یک نتیجه خواهند رسید: در دراز مدت رابطه خود را با فرزندشان به نابودی می کشند.

برای تمامی انگیزه‌ها و رفتارهای دیگر نیز همین معتبر است. مثلاً برای بسیاری این تصور غیر قابل قبول است که "معتادین به کار" به آنچه که انجام می‌دهند راضی و خوشبخت باشند؛ بسیاری از آنها بدین علت که خلاء درونی خویش را پر کنند و یا خواستار فرار از مشکلات زندگی خود باشند، کار نمی‌کنند، بلکه بدین دلیل که علاقه شدید خود را به قدرت، راندمان و یا مقام دنبال می‌کنند. بطور مثال پیکاسو می‌گفت: "کار نکردن مرا خسته می‌کند"، "به هنگامی که کار می‌کنم، از انبساط خاطر و تمدد اعصاب برخوردارم."

مقوله سکس به ما نشان می‌دهد تا چه حد پروفیل انگیزه‌ها فردیت دارند. اکثریت انسانها تاکید می‌کنند که سکس برای آنها مهم است. اما اگر دقیقتر سؤال کنیم، بسرعت روشن می‌گردد که شهوت يك يك ما را به نحوی متفاوت و به انحائی گوناگون بر می‌انگیزد: نتیجه‌گیری آقای رایس چنین است "در حالیکه برخی از افراد در برگیره سؤالات در جلو اهمیت مقوله سکس و پرسشهای مربوط به آن با 'علامت توجه' تاکید می‌کردند، جوابهای دیگران چنین نشان می‌داد که آنان از علاقه چندانی نسبت به این مقوله برخوردار نیستند."

پروفیل‌های ویژه و منحصر به فرد ارزشی و غریزه‌ای ما روابط ما را نیز تحت تاثیر قرار می‌دهند. همانطور که ما بطور الهام بخشی به طرف انسانهایی جذب می‌شویم که از ارزشهای مشترکی با آنها برخورداریم، همانطور هم می‌توانیم عاقبت در دوستیها و شراکت‌هایی خوشبخت گردیم که از تشابه و یکسانی در انگیزه‌ها و اهداف واقعا مهم زندگی برخوردار باشند. و برعکس این نیز بدان مفهوم است که: اگر ما بعلت برخورداری از انگیزه‌ها و علائق بسیار متفاوت قادر به درک یکدیگر نباشیم، زندگی مشترک را شدیداً به خود سخت می‌کنیم.

بخصوص این خصلت و واقعیت، که هر کس از خودش حرکت می‌کند و تنها نیازها و خواسته‌های خویش را می‌بیند، تجمع و با هم بودن را مسموم می‌گرداند؛ ما غالباً در زندگی روزمره خویش از این درک عاجزیم که دیگران از انگیزه‌ها، علائق و آمال دیگری به غیر از انگیزه‌ها، علائق و آرزوهای ما برخوردارند. از نقطه نظر هوشی و فهم بر ما روشن است که آنها دنبال ارزشها و اهداف متفاوتی از ارزشها و اهداف ما هستند، اما در حقیقت و کنه مطلب که بنگریم از فهم و درک این نکته که چرا آنها مانند ما فکر نمی‌کنند، عاجزیم.

فردیت و ویژگی‌های فردی انسانها را همانند يك دیوار تا حدود زیادی از یکدیگر مجزا می‌نماید؛ تا زمانی که دو انسان برای يك ارزش درجات مختلفی از اهمیت قائلند، بندرت می‌توانند بفهمند چرا دیگری به نحو دیگری فکر، حس و رفتار می‌کند. اما آدمی هر چه بیشتر زندانی و اسیر پرسپکتیوهای خویش باشد، این خطر بزرگتر می‌شود، که انگیزه‌های فردی و شخصی خود را - "آنچه که برای من خوب است، برای دیگری نیز مفید است" - همانند يك پروژکتور به شریک زندگی، دوست و همکار خود انتساب دهد. بدین طریق است که سوء تفاهمات و اختلافات فراوانی پدید می‌آید.

بطور مثال اگر انسانهای جاه طلب با انسانهایی که کمتر از این خصلت برخوردارند، انسانهای کنجکاو با افرادی که کمتر تشنه علم و دانائی اند، آنان که به دنبال جاه و مقامند با افرادی که در این زمینه بی تفاوتند، در یکجا جمع آیند و با یکدیگر معاشرت داشته باشند، از مشکلاتی برخوردار خواهند گردید: در حالیکه افراد جاه طلب خود را در پی موفقیت می‌بینند یا بعنوان فردی زرنگ می‌فهمند، دیگران آنها را قدرت طلب و ریاست منش می‌دانند. برعکس در حالیکه آنها که نسبت به جاه طلبی و مقام پرستی بی تفاوتند، خویش را انسانهایی اجتماعی، معاشرتی و خوش برخورد می‌

بینند، اما از طرف قدرت پرستان و جاه طلبان بعنوان تنبل و بی تفاوت شناخته می شوند.

از آنجا که اینگونه افکار و رفتار همگانی و عام گردیده است و هم بدین علت که اینگونه افکار و رفتار دیر یا زود موجبات عدم خوشبختی را فراهم خواهند آورد، هر کس می بایست خودش را امتحان و کنترل نماید که واقعا تا چه حد و اندازه برای انگیزه ها و ارزش های دیگران احترام و گذشت قائل است.

تفاوت در انگیزه ها و پروفیل انگیزه ها قبل از هر چیز می تواند زندگی مشترک را به خطر بیاندازند. در حالیکه در ابتدای یک رابطه، ارزشها و رفتارهای متفاوت و دگرگونه شریک زندگی برای ما از جذابیت برخوردار است - افراد مختلف و متضاد یکدیگر را جلب و جذب می کنند - اما همخوانی و هماهنگی در درازمدت و در امتداد زندگی مشترک همواره از اهمیت بیشتری برخوردار می گردد. همچنانکه آقای رایس نشان داد، در روابط و زناشویی های درازمدت و با دوام پروفیل انگیزه های طرفین بسیار بیشتر با یکدیگر مشابهند تا پروفیل همسران و افرادی که از یکدیگر جدا شده اند.

از اینرو او این نکته را مهم و عاقلانه می داند، که انطباق و استعداد انطباق و قابلیت تحمل دوطرفه را از ارزشهای حیاتی مهم اعلان نماید. همه می بایست حداقل به بررسی و کنترل این نکته پردازند که در یک زندگی مشترک تا چه اندازه قادر به قبول پروفیل انگیزه ای که از پروفیل انگیزه آنها انحراف دارد، هستند و یا می توانند باشند.

پروفیل انگیزه یک انسان از استحکام برخوردار است. اگر چه تجارب مهم زندگی یا پروسه های رشد و تکامل می توانند موجبات یک تغییرات اساسی را فراهم آورند، اما در جمع پروفیل انگیزه شخصیت ما در درازمدت ثابت می ماند. اینچنین است که کودکان کنجکاو در نوجوانی و سنین بالغی نیز بعنوان انسانهای باز و علاقمند معتبرند. افراد رو به رشدی که با علاقه به پلان، برنامه ریزی و سازماندهی می پردازند، بعنوان افراد بالغ هم به اینکار خواهند پرداخت. و انسانهایی که علاقه و میل خاصی به غذا خوردن دارند، در تمامی طول عمر خویش نیز با مشکل وزن و چاقی روبرو هستند.

## انگیزه های شانزده گانه زندگی

آقای استیون رایس مطالعات و تحقیقات وسیع تجربی خود را در ارتباط با انگیزه های رفتارهای انسانی در اوایل سالهای نود میلادی آغاز نمود. وی در این راه همراه با خانم روانشناس سوزان هاورکامپ به حدودا چهارصد هدف گوناگون دست یافت. این اهداف توانستند در اولین فاز تحقیقاتی که تا سال 1998 بطول انجامید با پانزده انگیزه اساسی در ارتباط آورده شوند.

در دومین مرحله از این پژوهشات این پانزده انگیزه در ایالات متحده، کانادا و ژاپن و با شرکت بیش از سه هزار و پانصد نفر از افراد مورد تست در رابطه با کامل بودن و اعتبار عمومی و صحت عملکرد خود در ماورای فرهنگها مورد آزمایش قرار گرفتند. در حین مطالعات روانکاوان توانستند به کشف یک انگیزه دیگر نائل آیند: صرفه جوئی.

این شانزده انگیزه زندگی در کنه و بنیان خود شامل اهداف و رفتارهای زیر می گردند:

**قدرت** جستجوی موفقیت، راندمان، مقام، رهبری و روابط

**استقلال**      جستجوی آزادی، رضایتمندی از راندمان خویش و استقلال مالی  
**کنجکاو**      جستجوی علم و حقیقت

**تأیید صلاحیت** جستجوی مقبولیت و تأیید اجتماعی، حس تعلق و ارزش و عزت نفس  
مثبت

**نظم**      جستجوی استحکام، وضوح و سازماندهی  
**صرفه جوئی** جستجوی ذخیره مالی و پس انداز ثروت  
**آبرو و حیثیت** جستجوی وفاداری و تمامیت اخلاقی و شخصیتی  
**ایده آلیسم**      جستجوی عدالت اجتماعی و صداقت  
**روابط**      جستجوی دوستی، رفاقت و مزاح  
**خانواده**      جستجوی زندگی خانوادگی و بخصوص میل به پرورش و تربیت فرزندان  
خویشتن

**مقام**      جستجوی پایگاه اجتماعی، ثروت، مقام و توجه عمومی  
**انتقام**      جستجوی رفاقت، مبارزه، قهر و انتقام  
**رمانتیک**      جستجوی زندگی شهوانی، سکس و زیبایی  
**تغذیه**      جستجوی غذا و مواد اساسی حیاتی زندگی  
**فعالیت بدنی** جستجوی هماهنگی جسمی، حرکت و سلامت  
**آسایش**      جستجوی تمدد اعصاب و آرامش خاطر و امنیت احساسی