مقدمة بحث عن الشخصيه المثاليه

تلعب شخصية الإنس دورًا هامًا في تحديد مصير حياته كاملًا خاصة وأنّ الإنسان يكوّن شخصيته نتيجة الظروف التي يعايشها طوال حياته والتربية التي يتعرض لها والاعتقادات التي يؤمن بها، ومن ذلك الشخصية المثالية التي يرغب الناس دائمًا في الوصول إليها ويُعانون في سبيل ذلك أشد المشكلات، وهذا البحث سيضيء عن أهم المعلومات الخاصة بها.

بحث عن الشخصيه المثاليه

إنّ الشخصية المثالية هي عرة للبحث من كبار علماء النفس وهي ما تزال أيضًا قيد البحث والكشف لأنّها من الشخصيات المعقدة والتي تترك أثرًا كبيرًا على محيطها بشكل خاص وعلى المجتمع كله بشكل عام، وتتجه الأنظار دائمًا إلى هذه الشخصية خاصة عند تربية الأبناء والرغبة من الآباء بأن يصنعوا دائمًا شخصية مثالية يُباهون بها في المجتمع.

ما هي الشخصية المثالية

إنّ الشخصية المثالية كما تناولها علماء النفس في كتبهم أي الشخصية الكمالية التي تبحث دائمًا عن الكمال وترغب في الوصول إليه بأي وسيلة وأي طريقة، وغاليًا ما تلجأ هذه الشخصية إلى مجموعة من القوانين العالية التي تقيد نفسها بهم من أجل أن ترفع من قيمتها الذاتية، وهذا من أهم الأسباب التي تجعل من الشخصية المثالية غير راضية عن حياتها أبدًا لأنّ الكمال لن يحدث أبدًا على هذه الأرض وبالتالي لن تسعد تلك الشخصية لأنّها لم تحصُل عليه.

صفات الشخصية المثالية

تتمتع الشخصية المثالية بمجموعة من الصفات التي متى رآها الشخص في أحد ما يعلم علم اليقين أنّ هذه الشخصية هي شخصية مثالية، ومن تلك الصفات:

تقدير النفس: إنّ الشخصية المثالية تُقدر وذلك لأنّها تحيط نفسها بمجموعة من الأهداف العالية ومن ثم تقدر على الوصول إليها وهذا يولد لديها الشعور بالفخر وتعزيز الذات.
القدرة على إنجاز الهدف بالوقت المطلوب: إنّ الشخصية المثالية لها قدرة عالية على الموازنة بين الأهداف المطلوب إنجازها وما بين الوقت المقدر لذلك، وهي دائمًا تبحث عن هدف جديد لتحققه.
القدرة على التكيف مع المحيط: إنّ الشخصية المثالية هي التي تقدر دائمًا على التكيف مع الظروف الجديدة التي قد تطرأ في أثناء سعيها للوصول إلى الهدف، وهي تمتلك من المرونة ما يوفقها للنجاح.
القدرة على تخطي الفشل: إنّ الشخصية المثالية تتمكن دائمًا من تحويل الفشل في حياتها إلى نجاح ولا تُحاول أن تقف لتتأمل الفشل الذي مرت به وإنما تحاول أن تصنع من العقبة صخرة تقفز بها نحو الهدف والأعلى دائمًا.
مرض الشخصية المثالية

إنّ الشخصية المثالية هي مرض في كثيرٍ من الأحيان خاصة وإن زاد عن حده، حيث تسعى الشخصية المثالية إلى الكمال بشكل مفرط والاهتمام بآراء الآخرين كثيرًا، وتسعى الشخصية المثالية دائمًا إلى الأهداف بعيدة المنال وبالتالي فهي في حالة سعي مستمر قد يؤدي إلى استنزاف الطاقة الداخلية، بمعنى آخر إنّ الشخصية المثالية تتعرض كثيرًا لخيبات الأمل لأنّها تضع نصب عينيها أهدافًا عالية تستنزف حياتها من أجل الوصول إليها.

طريقة التعامل مع الشخصية المثالية

إنّ الشخصية المثالية تستنزف من صاحبها طاقات كبيرة وهائلة جدًا ولا بدّ أن تنضبط هذه الشخصية ويتم معالجتها من خلال مجموعة من الأساليب التي تعتمد على الجانب السلوكي المعرفي، ومن أهم الخطوات للتعامل مع هذه الشخصية:

عدم رفع سقف الأهداف عاليًا لأنّ ذلك من شأنه أن يولد الشعور المأساوي لدى الشخص ومن ثم الفشل الذريع.
محاولة تقبل الأخطاء والاعتراف أنّ كل ابن آدم خطّاء ولا يجب جلد النفس كثيرًا في سبيل ذلك.
محاولة تقسيم المهام على كافة الأفراد المحيطين ومن بينه هو، أي عدم تحمل أعباء الآخرين في سبيل الوصول إلى هدف مثالي وإنما مشاركة الآخرين للأعباء.
محاولة الاسترخاء بين كل فترة وأخرى من أجل استعادة النشاط وعدم النظر إلى الذات على أنّها مجرد آلة لتحقيق الهدف.

إيجابيات الشخصية المثالية

من أهم الإيجابيات التي تمتلكها الشخصية المثالية:

الإدراك الحقيقي لقيمة الوقت والقدرة على استثماره بشكل صحيح يُرضي الأهداف التي قد وضعتها الشخصية منقبل لنفسها.
الشخصية المثالية هي شخصية ناجحة بشكل كبير في الحياة لأنّها تتمكن من استثمار كل لحظة في حياتها إلى الوصول نحو الهدف.
الشخصية المثالية لا تنظر إلى الوقت وإلى الطاقة المبذولة وإنما تنظر إلى الهدف الذي تمكنت من الوصول إليه وبالتالي الإنجاز الذي يُذهب التعب عنها.
الشخصية المثالية تتعلم من الأخطاء التي ارتكبتها وبالتالي لا تفعلها مرة أخرى أبدًا.
الشخصية المثالية تتمكن من الحصول على السعادة من خلال الإنجازات التي تحققها وبالتالي تمنح السعادة لمن حولها.

سلبيات الشخصية المثالية

إنّ الشخصية المثالية كما تمتلك مجموعة من الصفات الإيجابية إلا أنّها تمتلك بعضًا من الصفات السلبية والتي من أهمها:

الشخصية المثالية تنتظر دائمًا من الآخرين مدحها وتهتم برأيهم بشكل كبير مما يجعل رأي الآخرين فيها سببًا للرضا عن نفسها والعكس صحيح.
الشخصية المثالية تكون أكثر دقة من غيرها من الشخصيات وتتمكن من ملاحظة دقائق الأمور وبالتالي يؤدي هذا إلى تعب كبير عندها.
الشخصية المثالية تشعر دائمًا بالقلق والتوتر وعدم قدرتها على الراحة وذلك لأنّها تسعى دائمًا وراء أهداف صعبة المنال وقد يُصنفها بعضهم بأنها غير واقعية.
الشخصية المثالية تشعر بالتردد دائمًا ولا تقدر على اتخاذ أبسط القرارات وبالتالي فإنّ أعصابها منهكة بشكل كبير.
الشخصية المثالية تركز دائمًا على أخطائها وعلى أخطاء الآخرين وبالتالي لا تنظر إلى نصف الكأس الممتلئ.
الشخصية المثالية لا تستطيع أن تتجاوز أخطاءها على الإطلاق ولا حتى أخطاء من حولها من الناس.
أثر الشخصية المثالية على المجتمع

إنّ الشخصية المثالية هي شخصية ناجحًا جدًا على صعيد المجتمع وتقدر على تطويره بشكل كبير، ولكن في ذات الوقت إنّ الشخصية المثالية قد تكون مصدرًا لكآبة الأشخاص من حولها عندما لا تقدر على تحقيق أهدافها، إلا أنّها تُضفي سعادة كبيرة بقدرتها على النجاح ومن ثم تلبية رغبات الآخرين، بمعنى آخر إنّ هذه الشخصية سيف ذو حدين.

كيف أكون شخصا مثاليا

لا ينبغي لأي شخص أن يُفكر في المثالية المُطلقة ولكن ينبغي دائمًا أن يُوازن ما بين شخصيته والمهام المطلوبة منه والظروف المحيطة فيه، إنّ الشخصية المثالية صحيح أنّها تتمكن من الوصول إلى الأهداف ولكنها قد تصل محطمة تمامًا من الداخل لكثرة جلد الذات الذي تُمارسه على نفسها، لهذا فإنّ على الشخص دائمًا أن يكون متوازنًا وليعلم أنّ النجاح مهم ولكنّ صحته النفسية مهمة أيضًا.

خاتمة بحث عن الشخصيه المثاليه

وبهذا نكون قد وصلنا إلى ختام بحثنا عن الشخصية المثالية التي يحتاج إليها المجتمع، وقد بيّنّا حقيقة هذه الشخصية وماهيّتها ووقفنا على جوانب مختلفة ومتعددة في هذه الشخصية، وسلطّنا الضوء على سلبيات هذه الشخصية وعلى إيجابياتها أيضًا، ومررنا على أثرها في المجتمع وكيف يمكن للإنسان أن يكون مثاليًّا.