

۱۴۴۱۳۱۶

۱۶۱۸

هوش اجتماعی

دانیل گلن

هوشیار رزم آرا

www.ketab.ir



انتشارات لیوسا

Goleman, Daniel

گلמן، دانیل

هوش اجتماعی / دانیل گلמן
۴۰۰ ص.

Social intelligence; the new science of human relationships.

روابط بین اشخاص - هوش - جنبه‌های اجتماعی

عواطف - IQ-EQ

HM۱۱۰۶/گ۸ه۹

۱۵۸/۲

۱۶۶۳۶۱۹

سرشناسنامه

عنوان و نام پدیدآور

مشخصات ظاهری

عنوان اصلی

موضوع

رده‌بندی کنگره

رده‌بندی دیویی

شماره کتابشناسی ملی



انتشارات لیوسا

■ سال چاپ: ۱۴۰۰

■ تیراژ: ۲۰۰ نسخه

■ چاپ: ثمین

■ جلد: سفید / ثمین

■ قیمت: ۹۹۰۰۰ تومان

■ نام کتاب: هوش اجتماعی

■ نویسنده: دانیل گلמן

■ مترجم: هوشیار رزم‌آزما

■ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۰-۰۴۰-۵

■ نوبت چاپ: نهم



۶۶۴۶۶۹۵۹ - ۶۶۹۶۳۰۳۵



۳۰۰۰۲۴۰۰۴۲



www.nashreliusa.com



instagram.com/dorsaliusa

۶۶۴۶۴۵۷۷

www.dorsabook.ir

liusa@nashreliusa.com

telegram.me/dorsaliusa



خیابان انقلاب، بین خیابان وصال و قدس (جنب سینما سپیده)، کوچه اسکو،

(کدپستی: ۱۳۸۷۳-۱۴۱۷۸)

پلاک ۱۲، طبقه همکف.

فهرست مطالب

مقدمه:	۵
پیشگفتار نویسنده	۱۰
بخش یک (انسان و ارتباط)	
فصل یک: داد و ستد احساس	۲۰
فصل دو: نسخه‌ای برای تفاهم و ارتباط	۳۶
فصل سه: ارتباط عصبی	۴۴
فصل چهار: غریزه‌ای برای نوعدوستی	۵۴
فصل پنج: کالبدشکافی عشق	۶۹
فصل شش: هوش اجتماعی چیست؟	۸۷
فصل هفت: تو و آن (سوم شخص خنثی)	۱۱۸
بخش دو: (پیوندی ناگسته)	
فصل هشت: سه گانه تاریک	۱۳۴
فصل نه: کور ذهنی	۱۵۶
بخش سه: (طبیعت جان بخش)	
فصل ده: زن‌ها سرنوشت‌ساز نیستند	۱۷۲
فصل یازده: پایگاه امن	۱۸۹

فصل دوازده: اصول خوشبختی ۲۰۳

بخش چهار: (رنگ‌های عشق)

فصل سیزده: رشته‌های محبت و دل‌بستگی ۲۲۴

فصل چهارده: عشق و هوس ۲۳۵

فصل پانزده: بیولوژی غمخواری و دلسوزی ۲۴۵

فصل شانزده: استرس اجتماعی ۲۶۲

بخش پنج: (روابط سالم)

فصل هفده: یاران و متحدان بیولوژیکی ۲۸۷

فصل هجده: یک نسخه مردمی ۳۰۶

بخش شش: (نتایج اجتماعی)

فصل نوزده: سکوی پیروزی ۳۲۴

فصل بیست: اصلاح روابط ۳۴۸

فصل بیست‌ویک: تحول "آنان" به "ما" ۳۶۷

فصل بیست‌ودو: سخن پایانی ۳۸۶

مقدمه

در فرهنگ وارثان روان‌شناسی «هوش» را چنین تعریف کرده‌اند: قابلیت و توانایی آموختن، فهمیدن، و اندیشیدن درباره موضوعات زندگی. موهبتی که به‌طور می‌رسد همگان به یکسان از آن برخوردار نباشند؛ ولی تجربه قرن‌ها زندگی نشان داده که هر کس به فراخور بهره‌ای که از آن برده، با بکارگیری هوشمندانه و ماهرانه توانسته است موانع و مشکلات را از سر راه خود بردارد و سرنوشت‌اش را به دلخواه رقم بزند. تا دو دهه پیش معمولاً انسان‌هایی را موفق می‌شمردند که از ضرب هوشی بالایی برخوردار بودند ولی براساس پژوهش‌هایی که گروهی از روان‌شناسان و پژوهندگانی چون «تورندایک» و «گاردنر» انجام دادند، به استثناء عامل هوش، دخالت عواملی چون دانش، تجربه، یادگیری و جز اینها را در فرایند موفقیت و پیروزی اثبات نمودند. دانیل گلمن نیز از سه دهه پیش، پژوهش‌هایی را در زمینه بهره هوشی و تأثیر آن در حیات نفسانی و مادی انجام داد و به این نتیجه رسید که با بهره ۱۱۰ تا ۱۱۵ تنها می‌توان از عهده کنکورهای، آزمایش‌های استخدامی و آزمون‌های فنی و پزشکی و مسابقات و هم‌اوردی‌های ساده و معمولی برآمد. ولی برای

نیل به مدارج و مقامات بالاتر و دست و پنجه نرم کردن با رقیبان و حریفان در کسب و کار و شغل و حرفه و رهبری و مدیریت جوامع، مستلزم بهره‌گیری از عناصری دیگر است که او به تفصیل در این کتاب به آن می‌پردازد و هوش اجتماعی را یکی از مهم‌ترین نیروهای ذهنی آدمی عنوان می‌کند که با آن می‌توان به آرامشی رسید که همواره غایت آمال و آرزوهای انسان بوده است و هم می‌توان روابط دیرینه حاکم بر اذهان بشری را اصلاح کرد و هم ساختار حکومت‌ها و قدرت‌ها را متحول ساخت تا برای همیشه جنگ و پیکار و قتل و جنایت و زیاده‌خواهی و نفرت و کینه و تبعیض و تعصب نژادی و زورگویی و کشورگشایی از پهنه گیتی محو گردد. دانیل گلن روان‌شناس و از استادان پژوهشگر دانشگاه هاروارد است که در زمینه مغز و عصب و شناخت هنجارهای انسانی و هوش هیجانی و هوش اجتماعی تحقیقات فراوانی انجام داده و آثار او همواره جزو پرفروش‌ها می‌باشد و علاوه بر دریافت جوایز «پولیتزر» و انجمن روزنامه‌نگاران، سال‌هاست در نشریه نیویورک تایمز درباره هوش اجتماعی و هوش هیجانی قلم می‌زند و به عنوان یک مصلح اجتماعی روش‌های بهتر زیستن را در عصر پرنلاطم و بحران‌زده الکترونیک نشان می‌دهد.

سخن پایانی را به عهده دانیل گلن می‌گذاریم که گفته است: "در یکی دو قرن گذشته، ضریب هوشی از عناصر مثبت موفقیت به شمار می‌رفت. هرچند اکنون به صورت عاملی مشخص در هوش بهر هیجانی و اجتماعی درآمده است. ولی اگر کسی بی‌بهره از آن باشد و اگر به شناخت و معرفت نفس نایل نشده و اگر احساسات خود را مهار نکرده و فاقد حس

همدردی و همدلی با دیگران نباشد، هر اندازه هم خود را هوشمند و زیرک بیانگارد، هرگز نخواهد توانست، موفق، شاد و به مفهوم کلی خوشبخت گردد و سرنوشت خویش را - آن‌گونه که آرزو دارد - بر لوح زندگی منقوش سازد. "دانیل گلدمن نیروی هوش اجتماعی را کاراترین حربه‌ای می‌شمارد که در این قرن توفنده قادر خواهد بود آرامش و خوشبختی به همراه آورد و رهبران و حاکمان جهانی را به صلح و دوستی رهنمون شود و آرزوی دیرینه بشر را محقق گرداند.