

۲۵.۷۹۱۸

۱۴۰۳/۹/۳

نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی

ویرایش سوم

تألیف :

ساموئل تی. گلادینگ

دانشگاه ویک فارس

ترجمه :

دکتر مژگان پوردل

(دانشجوی دکتری تخصصی مشاوره - دانشگاه شهید چمران اهواز)

دکتر جعفر ثمری صفا

(دکتری تخصصی مشاوره)

دکتر کیومرث فرح‌بخش

(دانشیار مشاوره - دانشگاه علامه طباطبائی)

ارسان

عنوان و نام پدیدآور : نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی (ویرایش سوم) / تألیف : ساموئل تی. گلادینگ؛ ترجمه: دکتر مژگان پوردل، دکتر جعفر ثمری صفا، دکتر کیومرث فرح‌بخش
مشخصات نشر : تهران: نشر ارسباران، ۱۴۰۳.

مشخصات ظاهری : بیست و چهار - ۴۰۰ ص.: مصور، جدول.

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۴۸۳۳-۰۶-۸

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.

Theories of Counseling, 3rd. ed., [2022]

عنوان اصلی:

موضوع : مشاوره -- روان‌شناسی مشاوره

رده‌بندی کنگره : BF ۶۳۶/۶

رده‌بندی دیویی : ۱۵۸/۳

شماره کتابشناسی ملی : ۹۷۲۴۰۸۹

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

مخاطب عزیز، خواننده گرامی، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله مترجم و ناشر است. تکثیر آن به هر شکل و میزانی، بدون اجازه از ناشر و مؤلف، و خرید و فروش آن کاری نادرست، غیرقانونی، و غیرشرعی است. پیامد این عمل ناصواب موجب بی‌اعتمادی در فضای نشر و فروش کتاب می‌شود و می‌تواند زمینه‌ساز محیطی ناسالم جهت بی‌ارزش کردن زحمات دست‌اندرکاران فعالیت‌های فرهنگی و اقتصادی در جامعه شود که در نهایت، به زیان خود شما و فرزندان‌تان خواهد شد. قیمت‌گذاری، اصلاح و رورسانی هر کتاب جزء اختیارات خاص ناشر است و هرگونه دخالتی از سوی فروشندگان و عوامل توزیع در این خصوص، مطلقاً ممنوع است.

www.ketab.ir

سایت
www.ravabook.com

ارسان

پست الکترونیکی
panahir91@yahoo.com

نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی (ویرایش سوم)

تألیف : ساموئل تی. گلادینگ

ترجمه : دکتر مژگان پوردل، دکتر جعفر ثمری صفا، دکتر کیومرث فرح‌بخش

ناشر : ارسباران

نوبت چاپ : اول، پاییز ۱۴۰۳

لیتوگرافی : اطلس چاپ : طیف‌نگار صحافی : طیف‌نگار

شمارگان : ۲۰۰ تعداد صفحات : ۴۲۴ صفحه

ISBN : 978-622-4833-06-8

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۴۸۳۳-۰۶-۸

مرکز پخش : تهران - خیابان زرتشت غربی، بین خیابان علیزاده و شیخ‌الرضا، پلاک ۶۳

تلفن : ۸۸۹۷۳۳۵۸ ۸۸۹۶۱۰۷۰ ۸۸۹۶۱۰۵۰ ۸۸۹۶۲۷۰۷
تلفکس : ۸۸۹۶۲۷۰۷

فهرست

مقدمه.....	هفده
پیشگفتار.....	بیست و یک

■ فصل ۱: نظریه‌های مشاوره: مروری اجمالی ————— ۱

نظریه چیست؟.....	۳
ویژگی‌های نظریه‌های دقیق.....	۴
ارزش عملی نظریه‌ها.....	۶
تکامل نظریه‌ها.....	۷
نظریه‌های قدیمی.....	۷
نظریه‌های مدرن.....	۸
نظریه‌ها و التقاط‌گرایی.....	۱۰
نظریه‌ها و کاربرد: مورد مطالعاتی لیندا.....	۱۴
جمع‌بندی.....	۱۶
خلاصه فصل یک: نظریه‌های مشاوره: مروری اجمالی.....	۱۶
اصطلاحات کلیدی.....	۱۸
بیشتر بیاموزید.....	۱۹
فعالیت‌های کلاسی.....	۱۹

■ فصل ۲: درمان‌های روان‌کاوی و روان‌پویشی ————— ۲۱

نظریه پرداز اصلی: زیگموند فروید.....	۲۲
نگرش به ماهیت / شخصیت انسان.....	۲۴
سطوح آگاهی.....	۲۴
شکل‌گیری شخصیت.....	۲۵
مراحل رشد روانی - جنسی و روانی - اجتماعی.....	۲۷
سازوکارهای دفاعی.....	۳۰

۳۲	نقش مشاور
۳۳	اهداف
۳۴	فرایند و فنون
۳۶	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۳۸	ارزیابی نظریه
۳۸	نقاط قوت
۳۹	محدودیت‌ها و انتقادات
۴۰	معالجهٔ لیندا با درمان‌های روان‌پویشی
۴۰	مفهوم‌سازی
۴۱	فرایند درمان
۴۲	جمع‌بندی
۴۳	خلاصهٔ فصل ۲: روان‌کاوی و نظریه‌های روان‌پویشی
۴۵	اصطلاحات کلیدی
۴۵	بیشتر بیاموزید
۴۶	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۳: درمان آدلری

۴۸	نظریه‌پرداز اصلی: آلفرد آدلر
۵۰	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۵۳	نقش مشاور
۵۴	اهداف
۵۵	فرایند و فنون
۵۵	۱. ایجاد رابطه
۵۶	۲. ارزیابی و تحلیل
۵۶	۳. ارتقای بینش
۵۷	۴. جهت‌گیری مجدد
۵۸	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۵۹	ارزیابی نظریه
۵۹	نقاط قوت
۶۰	محدودیت‌ها و انتقادات
۶۱	معالجهٔ لیندا با درمان آدلری
۶۱	مفهوم‌سازی
۶۲	فرایند درمان

۶۳	جمع‌بندی
۶۳	خلاصه فصل ۳: درمان آدلری
۶۵	اصطلاحات کلیدی
۶۵	بیشتر بیاموزید
۶۶	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۴: درمان وجودی ————— ۶۷

۶۹	نظریه پردازان اصلی: رولو می و ویکتور فرانکل
۷۱	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۷۲	نقش مشاور
۷۳	اهداف
۷۴	فرایند و فنون
۷۶	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۷۶	ارزیابی نظریه
۷۶	نقاط قوت
۷۸	محدودیت‌ها و انتقادات
۷۸	معالجه لیندا با درمان وجودی
۷۸	مفهوم‌سازی
۷۹	فرایند درمان
۷۹	جمع‌بندی
۸۰	خلاصه فصل ۴: درمان وجودی
۸۲	اصطلاحات کلیدی
۸۲	بیشتر بیاموزید
۸۳	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۵: درمان مراجع محور ————— ۸۵

۸۶	نظریه پرداز اصلی: کارل راجرز
۸۸	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۸۹	نقش مشاور
۹۱	اهداف
۹۲	فرایندها و تکنیک‌ها
۹۴	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۹۵	ارزیابی نظریه

نقاط قوت	۹۵
محدودیت‌ها و انتقادات	۹۷
معالجهٔ لیندا با درمان مراجع محور	۹۸
مفهوم‌سازی	۹۸
فرایند درمان	۹۸
جمع‌بندی	۹۹
خلاصهٔ فصل ۵: درمان مراجع محور	۹۹
اصطلاحات کلیدی	۱۰۱
بیشتر بیاموزید	۱۰۱
فعالیت‌های کلاسی	۱۰۲

■ فصل ۶: گشتالت‌درمانی ۱۰۳

نظریه پرداز اصلی: فریتز پرلز	۱۰۴
نگرش به ماهیت / شخصیت انسان	۱۰۵
نقش مشاور	۱۰۸
اهداف	۱۰۹
فرایند و فنون	۱۱۰
تنوع و مسائل چندفرهنگی	۱۱۳
ارزیابی نظریه	۱۱۴
نقاط قوت	۱۱۴
محدودیت‌ها و انتقادات	۱۱۴
معالجهٔ لیندا با گشتالت‌درمانی	۱۱۵
مفهوم‌سازی	۱۱۵
فرایند درمان	۱۱۵
جمع‌بندی	۱۱۷
خلاصهٔ فصل ۶: گشتالت‌درمانی	۱۱۷
اصطلاحات کلیدی	۱۱۹
بیشتر بیاموزید	۱۱۹
فعالیت‌های کلاسی	۱۲۰

■ فصل ۷: نظریهٔ انتخاب / واقعیت‌درمانی ۱۲۱

نظریه پرداز اصلی: ویلیام گلاسر	۱۲۲
نگرش به ماهیت / شخصیت انسان	۱۲۳

۱۲۶	نقش مشاور
۱۲۷	اهداف
۱۲۹	فرایند و فنون
۱۳۱	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۱۳۲	ارزیابی نظریه
۱۳۲	نقاط قوت
۱۳۴	محدودیت‌ها و انتقادات
۱۳۵	معالجه‌لیندا با نظریه انتخاب / واقعیت‌درمانی
۱۳۵	مفهوم‌سازی
۱۳۶	فرایند درمان
۱۳۶	جمع‌بندی
۱۳۷	خلاصه فصل ۷: واقعیت‌درمانی
۱۳۹	اصطلاحات کلیدی
۱۳۹	بیشتر بیاموزید
۱۴۰	فعالیت‌های کلاسی

۱۴۱

■ فصل ۸: رفتاردرمانی

۱۴۳	نظریه پرداز اصلی: بی. اف. اسکینر
۱۴۴	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۱۴۵	مدل محرک - پاسخ
۱۴۶	تحلیل رفتار کاربردی
۱۴۷	نظریه اجتماعی - شناختی
۱۴۸	نقش مشاور
۱۴۹	اهداف
۱۵۰	فرایند و فنون
۱۵۰	فنون رفتاری کلی
۱۵۳	فنون رفتاری خاص
۱۵۷	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۱۵۷	ارزیابی نظریه
۱۵۷	نقاط قوت
۱۵۹	محدودیت‌ها و انتقادات
۱۶۰	درمان لیندا با رفتاردرمانی
۱۶۰	مفهوم‌سازی

۱۶۰	فرایند درمان
۱۶۱	جمع‌بندی
۱۶۲	خلاصه فصل ۸: رفتاردرمانی
۱۶۳	اصطلاحات کلیدی
۱۶۳	بیشتر بیاموزید
۱۶۴	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۹: درمان‌های شناختی و شناختی - رفتاری ۱۶۵

۱۶۶	نظریه پردازان اصلی: آرون بک و دونالد مایکنام
۱۶۸	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۱۷۰	نقش مشاور
۱۷۰	اهداف
۱۷۱	فرایند و فنون
۱۷۲	فنون شناختی
۱۷۳	فنون شناختی - رفتاری
۱۷۵	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۱۷۶	ارزیابی نظریه‌ها
۱۷۶	نقاط قوت
۱۷۸	محدودیت‌ها و انتقادات
۱۷۹	درمان لیندا با درمان شناختی و شناختی - رفتاری
۱۷۹	مفهوم‌سازی
۱۷۹	فرایند درمان
۱۸۰	جمع‌بندی
۱۸۱	خلاصه فصل ۹: درمان شناختی و درمان شناختی - رفتاری
۱۸۳	اصطلاحات کلیدی
۱۸۳	بیشتر بیاموزید
۱۸۴	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۱۰: رفتاردرمانی عقلانی - هیجانی (REBT) ۱۸۵

۱۸۶	نظریه پرداز اصلی: آلبرت الیس
۱۸۸	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۱۸۹	نقش مشاور
۱۹۰	اهداف

۱۹۲	فرایند و فنون
۱۹۶	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۱۹۶	ارزیابی نظریه
۱۹۶	نقاط قوت
۱۹۸	محدودیت‌ها و انتقادات
۱۹۹	درمان لیندا با رفتار درمانی عقلانی - هیجانی
۱۹۹	مفهوم‌سازی
۱۹۹	فرایند درمان
۲۰۰	جمع‌بندی
۲۰۰	خلاصه فصل ۱۰: رفتار درمانی عقلانی - هیجانی
۲۰۲	اصطلاحات کلیدی
۲۰۲	بیشتر بیاموزید
۲۰۲	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۱۱: تحلیل رفتار متقابل ۲۰۳

۲۰۴	نظریه پرداز اصلی: اریک برن
۲۰۶	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۲۰۶	تحلیل ساختاری
۲۰۸	تحلیل رفتار متقابل
۲۱۱	تحلیل بازی
۲۱۲	تحلیل سناریو
۲۱۵	نقش مشاور
۲۱۵	اهداف
۲۱۶	فرایند و فنون
۲۱۷	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۲۱۸	ارزیابی نظریه
۲۱۸	نقاط قوت
۲۱۸	محدودیت‌ها و انتقادات
۲۱۹	درمان لیندا با تحلیل رفتار متقابل
۲۱۹	مفهوم‌سازی
۲۲۰	فرایند درمان
۲۲۱	جمع‌بندی
۲۲۱	خلاصه فصل ۱۱: تحلیل رفتار متقابل

۲۲۳	اصطلاحات کلیدی
۲۲۴	بیشتر بیاموزید
۲۲۴	فعالیت‌های کلاسی

فصل ۱۲: نظریه فمینیستی ۲۲۵

۲۲۶	نظریه پرداز اصلی: هریت لرنر
۲۲۸	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۲۲۹	نقش مشاور
۲۲۹	اهداف
۲۳۰	فرایند و فنون
۲۳۳	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۲۳۴	ارزیابی نظریه
۲۳۴	نقاط قوت
۲۳۵	محدودیت‌ها و انتقادات
۲۳۶	درمان لیندا با درمان فمینیستی
۲۳۶	مفهوم‌سازی
۲۳۷	فرایند درمان
۲۳۸	جمع‌بندی
۲۳۹	خلاصه فصل ۱۲: درمان فمینیستی
۲۴۱	اصطلاحات کلیدی
۲۴۱	بیشتر بیاموزید
۲۴۲	فعالیت‌های کلاسی

فصل ۱۳: درمان سیستمی بوئن ۲۴۳

۲۴۴	نظریه پرداز اصلی: موری بوئن
۲۴۵	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۲۴۹	نقش مشاور
۲۵۰	اهداف
۲۵۰	فرایند و فنون
۲۵۴	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۲۵۴	ارزیابی نظریه
۲۵۴	نقاط قوت
۲۵۵	محدودیت‌ها و انتقادات

۲۵۶	درمان لیندا با درمان سیستم‌های خانواده بوئن
۲۵۶	مفهوم‌سازی
۲۵۶	فرایند درمان
۲۵۷	جمع‌بندی
۲۵۸	خلاصه فصل ۱۳: سیستم درمانی بوئن
۲۵۹	اصطلاحات کلیدی
۲۶۰	بیشتر بیاموزید
۲۶۰	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۱۴: درمان راهبردی ۲۶۱

۲۶۳	نظریه پردازان اصلی: میلتون اریکسون و جی هیلی
۲۶۵	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۲۶۶	نقش مشاور
۲۶۷	اهداف
۲۶۸	فرایند و فنون
۲۷۱	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۲۷۲	ارزیابی نظریه
۲۷۲	نقاط قوت
۲۷۳	محدودیت‌ها و انتقادات
۲۷۴	درمان لیندا با درمان راهبردی
۲۷۴	مفهوم‌سازی
۲۷۵	فرایند درمان
۲۷۶	جمع‌بندی
۲۷۷	خلاصه فصل ۱۴: درمان راهبردی
۲۷۸	اصطلاحات کلیدی
۲۷۹	بیشتر بیاموزید
۲۷۹	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۱۵: درمان راه حل محور ۲۸۱

۲۸۲	نظریه پردازان اصلی: استیو دشاژر بیل اوهلون
۲۸۳	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۲۸۴	نقش مشاور
۲۸۶	اهداف
۲۸۷	فرایند و فنون
۲۹۱	تنوع و مسائل چندفرهنگی

۲۹۲	ارزیابی نظریه
۲۹۲	نقاط قوت
۲۹۳	محدودیت‌ها و انتقادات
۲۹۴	درمان لیندا با رویکرد درمانی راه‌حل‌محور
۲۹۴	مفهوم‌سازی
۲۹۴	فرایند درمان
۲۹۵	جمع‌بندی
۲۹۶	خلاصه فصل ۱۵: درمان راه‌حل‌محور
۲۹۸	اصطلاحات کلیدی
۲۹۸	بیشتر بیاموزید
۲۹۸	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۱۶: رویکرد روان‌نمایشی ۲۹۹

۳۰۰	نظریه پردازان اصلی: ژاکوب مورنو (۱۹۷۴-۱۸۸۹) و زرکا مورنو (۲۰۱۶-۱۹۱۷)
۳۰۱	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان
۳۰۲	نقش مشاور
۳۰۳	اهداف
۳۰۴	فرایند و فنون
۳۱۱	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۳۱۳	ارزیابی نظریه
۳۱۳	نقاط قوت
۳۱۴	محدودیت‌ها و انتقادات
۳۱۵	درمان لیندا با رویکرد روان‌نمایشی
۳۱۵	مفهوم‌سازی
۳۱۵	فرایند درمان
۳۱۶	جمع‌بندی
۳۱۷	خلاصه فصل ۱۶: رویکرد روان‌نمایشی
۳۱۹	اصطلاحات کلیدی
۳۲۰	بیشتر بیاموزید
۳۲۰	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۱۷: مشاوره بحران ۳۲۱

۳۲۳	نظریه پردازان اصلی: اریش لیندمن و جerald کاپلان
۳۲۴	نگرش به ماهیت / شخصیت انسان

۳۲۶	نقش مشاور
۳۲۷	اهداف
۳۲۸	فرایند و فنون
۳۳۱	تنوع و مسائل چندفرهنگی
۳۳۱	ارزیابی نظریه
۳۳۱	نقاط قوت
۳۳۲	محدودیت‌ها و انتقادات
۳۳۲	درمان لیندا با مشاوره بحران
۳۳۲	مفهوم‌سازی
۳۳۳	فرایند درمان
۳۳۴	جمع‌بندی
۳۳۵	خلاصه فصل ۱۷: مشاوره بحران
۳۳۶	اصطلاحات کلیدی
۳۳۷	بیشتر بیاموزید
۳۳۷	فعالیت‌های کلاسی

■ فصل ۱۸: اخلاق حرفه‌ای و قوانین اخلاقی ۳۳۹

۳۴۰	اخلاق چیست؟
۳۴۱	چرا قوانین اخلاق حرفه‌ای مهم هستند؟
۳۴۳	محدودیت‌های قوانین اخلاقی
۳۴۴	اتخاذ تصمیمات اخلاقی
۳۴۸	رفتار غیراخلاقی
۳۵۰	جمع‌بندی
۳۵۱	خلاصه فصل ۱۸: اخلاق حرفه‌ای و قوانین اخلاقی
۳۵۴	اصطلاحات کلیدی
۳۵۴	بیشتر بیاموزید
۳۵۵	فعالیت‌های کلاسی

■ سخن پایانی ۳۵۷

۳۵۸	نظریه‌ها، مراجعان و شما
۳۵۸	ملاحظات نهایی

■ واژه‌نامه ۳۶۱

مشاوره و روان‌درمانی یک حرفه در حال توسعه در جوامع مختلف، از جمله کشور ما ایران است. خدمات مشاوره از استقبال روزافزون مردم ایران در شهرهای کوچک و بزرگ برخوردار است. دلیل این استقبال روزافزون نیاز همه مردم در هر سطح سلامت روان، به مشاوره است. مردم در حیطه‌های مختلف زندگی شخصی خود برای رشد و تعالی نیاز به مشاوره دارند. خدمات مشاوران معطوف به همه افراد در تمام زمینه‌های زندگی شخصی برای رشد و خودشکوفایی است. همه مردم دوست دارند در زندگی همواره موفق‌تر و شادتر از آنچه هستند، باشند. دوست دارند به عالی‌ترین میزان خوشبختی، نشاط و شادابی، موفقیت در حیطه‌های زندگی فردی، تحصیلی، شغلی، خانوادگی و اجتماعی خود دست یابند. بر این اساس، کسی که از افسردگی یا اضطراب شدید رنج می‌برد تا کسی که نشاط بالایی برخوردار است، می‌تواند از خدمات مشاوران استفاده نماید. همه مردم در هر سطح سلامت روان برای رسیدن به سلامت روان بهتر، نیازمند مشاوره هستند. در مشاوره، کسی که برای مشاوره مراجعه می‌کند بیمار تلقی نمی‌شود، بلکه انسان صاحب اراده‌ای است که برای بهبود شرایط زندگی فردی و اجتماعی خود از مشاور، مشاوره می‌خواهد.

از سوی دیگر، ارائه خدمات مشاوره مستلزم دانش نظری و مهارت عملی می‌باشد. بدون دانش نظری، یادگیری مهارت‌های عملی برای ارائه خدمات مشاوره‌ای، امری غیرممکن است. هر کسی که قصد دارد فنون و مهارت‌های مشاوره را یاد بگیرد، ابتدا باید مبانی نظری آن را به‌خوبی یاد بگیرد و درک نماید. منابع کسب دانش نظری برای مشاوره یک بخش نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی و بخش دیگر نتایج حاصل از پژوهش‌هایی است که در زمینه‌های مختلف روان‌شناسی، علوم تربیتی، آموزه‌های دینی، جامعه‌شناسی و فلسفه صورت می‌گیرد. مشاوران موفق هر منبع علمی و معتبر در زمینه رفتار و اعمال انسان را مطالعه و پس از فهم و درک آن، سعی در تدوین فنون و روش‌های مشاوره در زمینه‌های مختلف می‌نمایند. نظریه‌های مشاوره یکی از منابع مهم برای تولید فنون و روش‌های عملی در مشاوره است. مشاور ابتدا

نظریه‌ها را مطالعه نموده و پس از درک جامع آن، سعی می‌کند با خلاقیت و نوآوری فنون و روش‌های عملی را بر اساس آن خلق کند. بنابراین، نظریه‌های مشاوره به‌خودی‌خود حاوی فنون و روش‌های مشاوره نیستند. نظریه‌ها چارچوب‌های ذهنی هستند که مشاور با استفاده از آنها اقدام به خلق روش و فنون می‌نماید. برخی مشاوران به اشتباه تصور می‌کنند که یک نظریه باید مجموعه‌ای از فنون را در اختیار آنان قرار دهد تا به وسیله آن با مراجعان خود کار کنند. شاید برخی نظریه‌ها فنون و روش‌هایی را به مشاوران پیشنهاد دهند، اما این فنون به صورت کلیشه‌ای قابل استفاده در تعامل با مراجع نیستند. بنابراین، لازم است مشاور نظریه را خوب یاد بگیرد، سپس بفهمد و آن‌گاه با توجه به موضوعی که مراجع مطرح می‌سازد، خلاقانه فنونی برای کمک به او تولید کند.

نکته دیگری که درباره نظریه‌ها باید بدانیم این است که نمی‌توان آنها را مطلقاً علمی به معنای سنتی آن تصور نمود. نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی مانند نظریه‌های فیزیک یا ریاضیات نیستند. نظریه‌های علوم طبیعی مانند فیزیک، شیمی و ریاضی تا حد زیادی مستقل از تجارب زندگی شخصی نظریه‌پرداز، فرهنگ و گفتمان‌های حاکم بر جامعه می‌باشند. مثلاً محتوای نظریه انیشتین درباره نیروی جاذبه ربطی به نحوه تربیت و شرایط فرهنگی جامعه‌ای که در آن نظریه خود را بیان کرده است ندارد. در این‌گونه دانش‌ها، تجارب روان‌شناختی نظریه‌پرداز تا حدود زیادی منفک از نظریه‌ای است که آن را تولید می‌کند. اصول این نظریه در همه جا صادق است، اما نظریه‌های علوم انسانی این‌گونه نیستند. تجارب روان‌شناختی شخص او در محتوای نظریه انعکاس پیدا می‌کند. چه‌بسا بخشی از نظریه او حاصل تجارب شخصی‌اش در فرایند تربیت شدن توسط والدینش باشد. به همین دلیل، نمی‌توان آنها را نظریه‌های علمی مانند نظریه انیشتین یا نیوتن یا هاوگینگ در فیزیک تلقی کرد. نظریه‌های موجود در علوم مختلف انسانی، از جمله مشاوره و روان‌درمانی، به شدت وابسته به زمینه‌های فرهنگی، گفتمان‌های رایج فلسفی و اجتماعی است. شما تصور کنید جناب فروید در حوزه‌های علمی ایران بزرگ شده بود و یک نظریه جامع روان‌کاوی ارائه می‌داد، حال تصور کنید محتوای نظریه او همین بود که الان هست یا محتوای آن متفاوت می‌شد. در هر جامعه‌ای دیدگاه‌ها و تجربیاتی درباره انسان وجود دارد که تا حدی با جامعه دیگر متفاوت است. به عنوان مثال، یکی از بنیان‌های شناختی و معرفتی که در تولید نظریه‌های علوم انسانی تأثیرگذار است، ماهیت و مفهوم انسان است. شما به عنوان یک خواننده چه توصیف و تعریفی از انسان که شامل ماهیت، منشأ خلقت، هدف و معنی وجودی او می‌شود، دارید. پاسخ شما به این سؤالات در

جهت‌گیری نظریه‌پردازی‌تان مؤثر است. با توجه به این نکات، نباید نظریه‌های علوم انسانی و بالطبع مشاوره و روان‌درمانی را دانش‌های قابل‌تعمیم و بدون استثنا تلقی کرد. پس باید همواره ابعاد فرهنگی آن را با توجه به جامعه‌ای که در آن زندگی می‌کنید، در نظر بگیرید. نه تنها نمی‌توان فنون ارائه‌شده در یک نظریه را که توسط یک نظریه‌پرداز با فرهنگی متفاوت تولید شده است چشم‌پسته و تقلیدی در یک جامعه دیگر به کار برد، بلکه در تبیین و تعیین موضوعات پژوهشی هم برای مشکلات یک جامعه، لازم است احتیاط و ذکاوت به خرج داد. مشاوران نمی‌توانند نظریه‌های مربوط به عقده ادیپ فروید را برای تبیین مشکلات رفتاری، ازجمله مسائل جنسی، در جامعه ایران به کار برند، زیرا مفهوم عقده ادیپ در داستان‌ها و افسانه‌های غربی رایج است و پسر از روی حسادت پدر را می‌کشد، اما در افسانه‌های ایران این فرایند برعکس است. در داستان رستم و سهراب، این سهراب است که از روی جوانمردی در برابر پهلوان پیر کوتاه می‌آید و کشته می‌شود. این مثال را برای این ذکر کردم که خواننده محترم بداند مفاهیم و اصول نظریه‌ها تا حدی وابسته به اسطوره‌هایی است که در آن جامعه وجود دارد. یکی از مشکلاتی که گاهی در روان‌شناسی و مشاوران ایرانی دیده می‌شود این است که بدون توجه به بافت تاریخی و اسطوره‌ای نظریه‌پردازان، اسطوره‌ها را به‌کار می‌گیرند. مثلاً، رفتار مردم را در روز عاشورا، نوعی جلوه لیبیدی جمع‌ی تعبیر می‌کنند. مثال دیگر، مفهوم ناخودآگاهی است. بر اساس بسیاری از نظریه‌های غربی، ناخودآگاه، محل دفن تمایلات غریزی و شهوانی انسان است، درحالی‌که بر اساس آموزه‌های مولوی و حافظ، ناخودآگاه انسان، ارزش‌های متعالی بشر و الهی اوست. در واقع، بیماری روانی حاصل سرکوب غرایز نیست، بلکه برعکس، حاصل سرکوب میل فطری انسان به سوی کمال مطلق است. بر این اساس، فردی که میل فطری خود به حقیقت‌جویی را سرکوب می‌کند و در عوض غرایط حیوانی خود را ملاک عمل قرار می‌دهد، بیمار روانی است. محرک اساسی انسان حرکت به سوی تعالی معنوی است و کسی که به سوی غرایز نفسانی روی می‌آورد این گرایش فطری خود را سرکوب نموده، ولی این سرکوب موجب نابودی این تمایل نمی‌گردد.

موضوع دیگری که لازم است دانشجو و استاد ایرانی در یادگیری نظریه‌ها مدنظر داشته باشد، این است که نظریه‌ها وحی منزل از طرف خداوند نیستند، بلکه ساختارهای گفتمانی هستند که توسط یک اندیشمند و بر اساس تجارب او تدوین شده‌اند، بنابراین، قابل انتقاد هستند. اما در انتقاد کردن به یک نظریه نیز، مهارت و دانش کافی لازم است. هرکسی می‌تواند منتقد یک نظریه باشد، به این شرط که نقص‌های یک نظریه را آشکار سازد و از طرف دیگر با

طرح سؤالاتی که پاسخ آنها مستقیم در نظریه نیست، کاستی‌ها و ناکارآمدی آنها را برملا سازد و از همه مهم‌تر اینکه، اگر کاستی و تناقضی در یک نظریه مشاهده نمود و نقدهایی به نظریه وارد شد، لازم است خودش به تفکر پردازد و ایده‌ها یا پاسخ‌هایی را ارائه دهد. چه‌بسا همین ایده‌ها و نظرات شما به مرور زمان تبدیل به یک نظریه جدید گردد.

یکی از مسائل اساسی دیگر در رابطه با نظریه‌ها این است که دانشجو و استاد ایرانی، علاوه بر آنکه نظریه‌های موجود را مطالعه می‌کند، بهتر است خودش هم درباره فرایندهای مشاوره و چگونگی رفتار انسان به تفکر پردازد و حاصل تفکر خود را به صورت یک فکر ارائه دهد، آنگاه فکر تولیدشده را پرورش دهد تا به نظریه جدیدی دست یابد. دانشجو و استاد ایرانی نباید خود را ناتوان از ایده‌پردازی و نظریه‌پردازی بدانند.

نکته آخر اینکه، دانشمندان گذشته ما مانند سعدی، حافظ، مولوی، خواجه نصیرالدین طوسی و دیگران، در گذشته‌های دور و خیلی زودتر از دانشمندان فعلی درباره رفتار و فهم و ادراک آدمی نظراتی داشته‌اند که اکنون به نحو دیگری توسط دانشمندان این روزگار بیان شده است. بر ما لازم است که آنها را احیاء کرده و توسعه دهیم. رجوع به گذشته علمی ملی خود به معنی عقب‌گرد نیست، بلکه به معنی یافتن اصالت علمی است که اکنون تولید می‌گردد. شما به راحتی می‌توانید بسیاری از سخنانی را که دانشمندان نظریه پرداز در قرن بیستم ارائه داده‌اند، در آثار علمی پیشینیان خود بیابید و حتی گاهی معارف دانشمندان را هم شناسایی و بیان کنید. آگاهی از اندیشه‌های پیشینیان در ایران احساس خودباوری و اعتماد به سمیت تولید نظریه بومی را فراهم می‌سازد.

کیومرث فرحبخش

دانشیار مشاوره دانشگاه علامه طباطبائی

اسفندماه ۱۴۰۲