

بسم الله الرحمن الرحيم

روان‌شناسی سفر

نویسنده:

اندرو استیونسون

دانشیار دانشگاه متروپولیتن منچستر، انگلستان

مترجم:

حمیدرضا پوربرات ابوزیدآبادی

۱۴۰۴

سرشناسه : استیونسون، اندرو

Stevenson, Andrew

عنوان و نام پدیدآور : روان‌شناسی سفر / نویسنده اندرو استیونسون؛ مترجم حمیدرضا پوربرات ابوزیدآبادی

مشخصات نشر : تهران: مهکامه، ۱۴۰۳.

مشخصات ظاهری : ۱۸۴ ص.

شابک : 978-622-5923-51-5

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت : عنوان اصلی: The psychology of travel, 2023.

یادداشت : کتابنامه: ص. [۱۶۳]-۱۸۴.

موضوع : مسافرت--جنبه‌های روان‌شناسی

Travel -- Psychological aspects

شناسه افزوده : پوربرات ابوزید آبادی، حمیدرضا، ۱۳۶۸- مترجم

رده‌بندی کنگره : G1۵۱

رده‌بندی دیویی : ۹۱۰/۶۸۸

شماره کتابشناسی ملی: ۹۹۶۸۳۱۷



انتشارات مهکامه

نام کتاب: روان‌شناسی سفر

نویسنده: اندرو استیونسون

مترجم: حمیدرضا پوربرات ابوزیدآبادی

ناشر: مهکامه

ناظر چاپ: بهزاد ربیعی فراهانی

طرح جلد: محمودرضا لطیفی

لیتوگرافی: نقش

نوبت چاپ: اول / ۱۴۰۴

تیراژ: ۵۰ نسخه

قیمت: ۱۹۵۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۵۹۲۳-۵۱-۵

کلیه حقوق چاپ و نشر این کتاب مطابق با «قانون حقوق مؤلفان و مصنفان مصوب ۱۳۴۸» برای ناشر محفوظ و منحصراً متعلق به نشر مهکامه می‌باشد. لذا هر گونه استفاده از کل یا قسمتی از این کتاب (از قبیل هر نوع چاپ، فتوکپی، اسکن، عکس‌برداری، نشر الکترونیکی، هر نوع انتشار به صورت اینترنتی، سی‌دی، دی‌وی‌دی، فیلم، فایل صوتی یا تصویری و غیره) بدون اجازه کتبی از نشر مهکامه ممنوع بوده و متخلفین تحت پیگرد قانونی قرار می‌گیرند.

انتشارات مهکامه: ناشر تخصصی گردشگری و هتلداری

نشر و پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان فخر رازی، نرسیده به لبافی‌نژاد، کوچه انوری، پلاک ۸، طبقه دوم

فکس: ۶۶۹۶۱۵۰۹

تلفن: ۶۶۴۸۸۲۰۳-۶۶۴۹۷۰۵۰-۶۶۹۶۱۵۰۹

واتساپ: ۰۹۰۳۲۶۷۴۸۴۴

همراه: ۰۹۱۲۳۹۷۴۰۲۱

www.mahkameh.com

en_mahkame@yahoo.com

telegram.me/mahkamepublisher

آملاحات و الحاقات احتمالی: در سایت انتشارات مهکامه:

پست الکترونیکی:

تلگرام:

فهرست مطالب

۷ سخن مترجم

۹ فصل اول: خروج؛ پیش به سوی روان‌شناسی سفر

۱۱ چه تفاوتی بین جابه‌جایی، مسافرت و گردشگری وجود دارد؟

۱۴ راه پیش‌رو

۱۹ فصل دوم: جهت‌یابی سفر؛ شناخت، مسیریابی و چگونگی اجتناب از گم‌شدن

۲۱ ورود [به مقصد] و جهت‌یابی؛ مقدمه‌ای بر مسیریابی

۲۵ تصمیم سریع؛ نقشه شناختی

۲۸ خرد جمعی؛ مسیریابی اجتماعی

۳۲ یک مهارت تفسیری؛ مسیریابی تجربی، بازنمایی‌شده و حسی

۳۷ فصل سوم: اینفلوئنسرها و مشاوران سفر؛ روان‌شناسی اجتماعی سفر

۳۹ انجام کار تقریباً غیرممکن؛ ماهیت اجتماعی سفر

۴۲ سفر گروهی، عادت‌ها و شیوه رفتار

۴۳ بازدیدکنندگان و مکان موردبازدید؛ گونه‌شناسی مسافر

۴۶ آیا گردشگری می‌تواند به ما در تفاهم با یکدیگر کمک کند؟

۵۰ مشاوره سفر؛ تأثیر اجتماعی و انتخاب سفر

۵۵ فصل چهارم: تب سفر؛ دنیای نگران‌کننده ترس، هراس و اضطراب

۵۷ ترس، اضطراب، هراس و نگرانی

۵۹ تب سفر؛ منشأ، انواع و ریشه‌ها

۶۳ مظهر ترس و اضطراب

- ۶۶ ترس ناخودآگاه از پرواز
- ۶۸ مواجهه با تب: مدیریت تب سفر

فصل پنجم: لذت‌گرایی و خودشکوفایی؛ چگونه سفر ما را شادتر می‌کند؟ ۷۵

- ۷۷ خوشی و رضایت
- ۷۸ هم‌رنگ جماعت شدن: لذت بردن از لحظه‌های سفر
- ۸۵ زمان، سفر و رفاه
- ۸۷ آیا سفر تأثیر ماندگاری بر روی رفاه دارد؟

فصل ششم: سفرهای فراموش‌نشدنی؛ دل‌تنگی، غربت‌زدگی و دیگر خاطره‌های سفر ۹۱

- ۹۳ بهترین بخش‌های زندگی ما: چرا سفر تا این حد خاطره‌انگیز است؟
- ۹۴ دل‌تنگی و غربت‌زدگی
- ۹۸ داستان‌های ورود [به خانه]: بهوه‌گیری از حافظه برای درک مکان‌های تازه رؤیت‌شده
- ۱۰۰ گذراندن دوره دانش: بدن‌ها چگونه به یاد می‌آورند
- ۱۰۲ آیا سفر می‌تواند حافظه شما را بهبود بخشد؟

فصل هفتم: شوک‌های فرهنگی و گذرگاه‌های مرزی؛ سفر و تعاملات بین‌فرهنگی ۱۰۵

- ۱۰۷ فرهنگ‌پذیری: سازگاری با تنوع
- ۱۱۱ تعارض‌های همسان‌سازی، جدایی، ادغام و حاشیه‌روی
- ۱۱۳ گردشگر فرهنگ‌پذیر
- ۱۱۵ تسلط به دو فرهنگ: دو فرهنگ‌گرایی
- ۱۱۶ در لبه مرز: تجربه بینابینی فرهنگ‌پذیری
- ۱۱۹ سفر، افق دید ما را گسترش می‌دهد: جهان‌وطنی‌گرایی

فصل هشتم: تغییر مسیر؛ جغرافیای روانی و هنر سفر کم‌شتاب ۱۲۳

- ۱۲۵ انحراف از [مسیر] حرکت
- ۱۲۷ وقفه در سفر
- ۱۳۱ پیاده‌روی هنری

۱۳۸ زن و لکرد

فصل نهم: از اینجا به کدام سو می‌رویم؟ سفر در دوران اضطراب اقلیمی ۱۴۳

۱۴۵ وقفه در سفر

۱۴۶ سفر در زمان‌های بی‌ثبات

۱۴۹ عشایر دیجیتال

۱۵۱ اضطراب اقلیمی قابل درک

۱۵۳ از این جا به کدام سو می‌رویم؟

۱۵۹ جهت مطالعه بیشتر

۱۶۳ منابع

سخن مترجم

فوائد سفر بسیار است: از نزهتِ خاطر و خیرِ منافع و دیدنِ عجایب و شنیدنِ غرایب و تفریحِ بلدان و مجاورتِ خلکان و تحصیلِ جاه و ادب و مزیدِ مال و مُکتَسَب و معرفتِ یاران و تجربتِ روزگاران.

(سعدی؛ کتاب گلستان، باب سوم در فضیلت قناعت، حکایت ۲۷)

باید اذعان کنم که اشتیاق و گرایش به مطالعه متون مرتبط با سفر و سفرنامه‌ها را کتاب «بسیار سفر باید» برانگیخت که استاد فرهیخته، دکتر نعمت‌الله فاضلی آن را به نگارش درآورده است. وانگهی گفتگو با استاد والا مرتبه حوزه گردشگری؛ آقای دکتر جعفر جعفری، آتش این شوق را شعله‌ورتر هم کرد. بر همین اساس تصمیم گرفتم تا به جستجوی کتاب‌هایی با مفاهیم سفر بپردازم. بعد از ترجمه چهار کتاب در حوزه گردشگری، سعی کردم نگاه تخصصی‌تر به موضوع داشته باشم و حتی چالش دومین کار ترجمه، مربوط به کتاب «راهنمای سفر به ایران» نیز توانست تمایلم به تغییر حوزه کاری را کم رنگ کند. تحولی که در ادامه به زیرشاخه‌های علمی‌تر از جمله روان‌شناسی سفر رسید تا با طرح دغدغه ذهنی «تأثیرات سفر بر جسم و روان ما»، به ترجمه کتابی در این خصوص بپردازم.

گرچه واژه سفر به معنای عام، یک فعالیت و تجربه تقریباً عمومی تلقی می‌شود. وانگهی مقوله سفر به شکل‌های مختلف از سفر عادی و روزمره گرفته تا ماجراجویی‌های شگفت‌انگیز، متغیر است و بی شک تأثیرگذاری آن هم به لحاظ فرهنگی، رفتاری و ... در جوامع مختلف، متفاوت است. سفر می‌تواند در تقویت اعتماد به نفس، بهبود روحیه همدلی و هم‌زیستی، کمک به ابراز احساسات، بهبود سلامت روان، افزایش آستانه تحمل و سطح سازگاری با دیگران و ... نقش مؤثری داشته باشد. ارزشمندی کسب این دستاوردها به واسطه سفر می‌تواند مسیر زندگی ما را تغییر دهد.

سفر، رویارویی افرادی از ملل و نژاد مختلف و آشنایی با آداب و رسوم، ارزش‌ها و عقاید و فرهنگ و نگرش یکدیگر است. در این مواجهه که هر یک از دو طرف با دنیای ذهنی خاص خود، پا به دنیای واقعی و محل زندگی یکدیگر می‌گذارند، صرفاً همه اتفاقات مثبت و سازنده

نخواهد بود و ممکن است تنش‌هایی هم به وجود آید؛ اینجاست که رشته روان‌شناسی می‌تواند این تأثیرات را به صورت تخصصی، تبیین و موضوع را شفاف‌سازی کند. کتاب حاضر را استادی به نام «آندرو استیونسون»^۱ نوشته است که دانشیار دانشگاه متروپولیتن منچستر در رشته روان‌شناسی است. نویسنده، مفهوم سفر را از دیدگاه روان‌شناسی مورد بررسی قرار داده است. پرداختن به جنبه‌های مختلف سفر به صورت تخصصی و در فصل‌های جداگانه با نگاه غالب روان‌شناسانه و بدون حاشیه‌پردازی را می‌توان به عنوان نقطه قوت این کتاب برشمرد. نویسنده در صدد است که با معرفی دیدگاه‌های مختلف در مورد عوامل روان‌شناختی انواع مختلف سفر، خواننده را با شیوه‌های جدید تفکر در این مورد آشنا کند. به عبارت دیگر در این کتاب، مباحث به صورت ترکیبی جذاب از سه حوزه روان‌شناسی، جغرافیا و گردشگری با زبانی ساده و در عین حال تخصصی ارائه گردیده است. رویکردی که ارتباط معنادار و عمیقی بین این سه مقوله شکل داده و مفاهیم مربوطه را به صورت مختصر و مفید در قالب نه فصل از یک کتاب تشریح کرده است.

در ترجمه این اثر، تلاش کرده‌ام تا مفاهیم عمیق روان‌شناسی را با وفاداری کامل به متن اصلی منتقل کنم. با توجه به وجود برخی مضامین پیچیده و ضرورت تبیین بیشتر برای فهم بهتر متن در پاره‌ای از موارد، توضیحاتی در پاورقی‌ها ارائه شده است. امیدوارم ترجمه حاضر مفید واقع شده و بتواند به دانشجویان و علاقه‌مندان در راستای درک بهتر از موضوع روان‌شناسی سفر کمک کند.

در نهایت از سرکار خانم قنبری؛ مدیر محترم انتشارات مهکامه، جناب آقای فروزفر؛ ویراستار چیره دست و همچنین از همکار نازنینم، آقای هادی قربانیان برای خوانش مطالب جهت چاپ بهتر کتاب تشکر ویژه دارم.

حمیدرضا پوربرات ابوزیدآبادی^۲

فروردین ماه ۱۴۰۴

1. Andrew Stevenson

2. Hpourbarat@yahoo.com