

پیشگامان و دانشمندان ایران در زمینه علم معاد

در این کتاب به بیان مبانی و اصول بنیادین علم معاد پرداخته شده و به بررسی دیدگاه‌های مختلف در این زمینه پرداخته شده است. این کتاب به گونه‌ای تدوین شده که برای دانشجویان و محققان در زمینه علم معاد و نیز برای عموم علاقه‌مندان به این موضوع مناسب باشد.

منشور معادرمانی

(رهنمای اصول بنیادین معادرمانی و یکتور فرانکل)

ترجمه:

ماریا مارگاریت

مترجم: رحیم رابط

ویراستاری: گروه علمی رشد



تهران - ۱۳۹۶

مارشال، ماریا Marshall, Maria

منشور معنادرمانی: (کتاب راهنمای اصول بنیادین معنادرمانی ویکتور فرانکل) / نویسنده ماریا مارشال؛ مترجم رحیم رابط.

مشخصات نشر: تهران: رشد، ۱۳۹۶

تعداد صفحات: ۲۷۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۵۱-۰۵۲-۴

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

عنوان دیگر: منشور معنا: راهنمای اصول بنیادی معنادرمانی ویکتور فرانکل.

موضوع: فرانکل، ویکتور امیل، ۱۹۰۵-۱۹۹۷ م. (Frankl, Viktor E. Viktor Emil)

موضوع: معنادرمانی Logotherapy

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۵ م ۶م / ۳۰۴ RC

شناسه افزوده: رابط، رحیم، ۱۳۶۰- ، مترجم

شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۴۹۵۴۸

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴

حق چاپ محفوظ است

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله نویسنده، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از ناشر و پدیدآورنده کاری غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی و کسب درآمد از دسترنج دیگران است. نتیجه این عمل نادرست، موجب رواج بی‌اعتمادی در جامعه و بروز بی‌آمدهای ناگوار در زندگی و محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان می‌گردد.

منشور معنادرمانی

(راهنمای اصول بنیادین معنادرمانی ویکتور فرانکل)

نویسنده: ماریا مارشال

مترجم: رحیم رابط

ویراستاری: گروه علمی

چاپ اول: زمستان ۱۳۹۶ - شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: آرماتسا



مرکز نشر و پخش کتاب‌های روان‌شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان دانشگاه، خیابان شهدای ژاندارمری، شماره ۴۱ تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: میدان انقلاب، روبروی سینما بهمن، خیابان منیری جاوید شماره ۷۲

تلفن: ۶۶۴۹۸۳۸۶ - ۶۶۴۹۷۱۸۱ - ۶۶۴۱۰۲۶۲

صفحه	عنوان
۹	مقدمه مترجم
۱۳	مقدمه

بخش اول: نظریه معنا

۱۹	فصل اول: ریشه‌های فلسفه معنا در زندگی دکتر فرانکل
۲۲	نکاتی برای تأمل
۲۵	فصل دوم: سه رکن معنادرمانی
۲۶	۱. معنای زندگی: معنادرمانی به مثابه یک فلسفه
۳۱	کاربردها
۳۵	نکاتی برای تأمل
۳۵	۲. آزادی اراده: مبانی انسان‌شناختی معنادرمانی
۴۵	کاربردها

۴۸	 نکاتی برای تأمل
۴۹	 ۳. اراده برای معنا: معنادرمانی به مثابه یک نظریه روان‌درمانی
۵۴	 کاربردها
۵۷	 نکاتی برای تأمل
۵۹	 فصل سوم: مفاهیم معنادرمانی
۵۹	 ۱. تکثر علوم و یگانگی انسان
۶۰	 ۲. انسان و شخصیت
۶۱	 ۳. آزادی و مسئولیت
۶۲	 ۴. آزادی و سرنوشت
۶۲	 ۵. توانایی پاسخ
۶۳	 ۶. معنا
۶۵	 ۸. وجدان
۶۷	 ۹. منابع روح انسان
۶۸	 ۱۰. ناهشیار معنوی
۶۹	 کاربردها
۷۱	 نکاتی برای تأمل
۷۳	 فصل چهارم: پویایی‌های وجودی و حسی وجودی
۷۴	 ۱. خودفاصله‌سازی
۷۵	 ۲. از خودفرازوی
۷۵	 ۳. پویایی‌شناسی روحی
۷۷	 ۴. درماندگی وجودی
۷۷	 ۵. ناکامی وجودی
۷۸	 ۶. خلأ وجودی
۷۹	 ۷. روان‌رنجوری اندیشه‌زاد
۸۰	 کاربردها
۸۲	 نکاتی برای تأمل

بخش دوم: معنادرمانی

۸۵	 فصل پنجم: فرایند عمومی معنادرمانی
۸۸	 ۱. گفتگوی مقدماتی
۹۱	 ۲. گفتگوی میانی
۹۶	 ۳. گفتگوی پایانی

۹۷	۴. گفتگوی تعقیبی
۹۷	خلاصه
۹۸	نکاتی برای تأمل
۹۹	فصل ششم: مداخله معنادرمانگرانه
۹۹	مرحله تشخیص
۱۰۷	مرحله درمان
۱۲۸	۳. مرحله پیگیری
۱۳۱	فصل هفتم: فزین و ویژه معنادرمانگرانه
۱۳۱	۱. فصل تناقضی
۱۴۳	۲. اندیشه‌زدایی
۱۵۰	۳. اصلاح نگرش‌ها
۱۶۱	فصل هشتم: معنا دردهای درمانی
۱۶۲	۱. استفاده از واژه‌های کلیدی
۱۶۴	۲. افتراق دقیق
۱۶۶	۳. ساده‌پرسی
۱۶۹	۴. استفاده از نمادها و استعاره‌ها
۱۷۲	۵. مشخص کردن احتمالات معنا
۱۷۴	۶. گفتگوی سقراطی
۱۸۹	فصل نهم: سایر شیوه‌های معنادرمانگرانه
۱۸۹	۱. معنای‌اشگری
۱۹۲	۲. تمرین مرور زندگی و پیش‌نگاه به زندگی
۱۹۵	۳. خودزندگی‌نامه‌نویسی هدایت‌شده
۱۹۶	۴. کشف هدایت‌شده توانش‌های (ظرفیت‌های بالقوه) معنا
۱۹۷	۵. تحلیل رؤیای معنادرمانگرانه
۲۰۲	۶. تکنیک معناپشتیبان
۲۰۳	۷. تکنیک فراخوانی
۲۰۴	۸. روش مخرج‌های مشترک
۲۰۷	۹. پرسش‌های از خودفرازندگی برای زوج‌ها
۲۱۰	۱۰. تمرین رشته‌کوه فرانکل
۲۱۱	۱۱. خاصیت درمان‌بخشی ادبیات و هنر
۲۱۴	نکاتی برای تأمل

۲۱۵	 خلاصه پایانی
۲۱۷	 واژه‌نامه توصیفی
۲۲۷	 واژه‌نامه انگلیسی - فارسی
۲۳۱	 نمایه موضوعی
۲۵۱	 نمایه اشخاص
۲۵۵	 درباره نویسنده
۲۵۷	 منابع

مقدمه و مترجم

گوردون آلپورت روان‌شناس در مقدمه‌ای که به کتاب *انسان در جستجوی معنای فرانکل نوشت*، درباره او گفت: «پروفسور سارنش در اردوگاه‌های کار اجباری فقط وجود برهنه‌اش برای او باقی ماند و بس».

ویکتور امیل فرانکل^۱ عصب‌شناس و روانپزشک در ۲۶ مارس سال ۱۹۰۵ در وین متولد شد. او بنیانگذار مکتب سوم روان‌درمانی وین و واضع نظریه لوگوتراپی^۲ - که در ایران به معنادرمانی معروف است - و از جمله نظریه‌پردازانی است که نظریه‌اش را در زندگی تجربه کرد و در عمل زیست. فرانکل تجربیات بسیار تلخ، رنج‌آور و کُشنده‌ای از اردوگاه‌های کار اجباری نازی‌های آلمان داشت و بنیان نهادن این مکتب روان‌درمانی نیز ریشه در ناملایمات زندگی‌اش دارد.

1. Viktor Emil Frankl

2. logotherapy

ویکتور فرانکل عضو مکتب وجودگرایی در روان‌شناسی است که با معرفی مکتب منحصربه‌فردش تحت عنوان لوگوتراپی روح انسان را هدف قرار می‌دهد. همان روحی، که به باور وی، کلیت هویت و ماهیت هر انسانی را شکل می‌دهد و فناپذیر است. فرانکل بیش از همه به آزادی روح بشر، قدرت جسورانه آن و آزاد بودن انسان در واکنش به موقعیت‌های مختلف زندگی تأکید می‌کند و معتقد است انسان ممکن است همه چیزش را در زندگی از دست بدهد، اما آزادی انتخاب و آزادی واکنش در برابر موقعیت‌ها و مصائب را هرگز از دست نخواهد داد. براساس نظریه وی، انسان با وجود تمامی مشکلاتی که ممکن است در زندگی، برایش پیش بیاید و او را از توان بیندازد، امیدوار و سرزنده می‌ماند که یکی از مصادیق بارزش، شرایط و وضعیت خود اوست که سه سال را در اردوگاه‌های کار اجباری نازی‌ها در بدترین شرایط سپری کرد.

در مقدمه حاضر پیش از این میسر نیست که به معرفی، شرح و تحلیل نظریه فرانکل بپردازیم، امیدوارم در مرقعات دیگری به این مهم پرداخته شود. علاقه‌مندان به رویکرد فرانکل را به مطالعه کتاب‌های وی توصیه می‌کنم و در ادامه نکاتی ضروری و لازم را درباره ترجمه کتاب حاضر قی می‌کند:

۱. کتاب پیش‌رو تدوین اصول نظریه معنادرمانی ویکتور فرانکل است. واژه منشور فارغ از معنای ظاهرش، معمولاً «به اصول نظریات و عقاید شخص یا سازمانی اطلاق می‌شود که به صورت رسمی اعلام و منتشر می‌شود»^۱ در این کتاب نیز دکتر ماریا مارشال - که دانش آموخته معنادرمانی است و با یک سطح شاگرد فرانکل محسوب می‌شود - اصول اساسی نظریه معنادرمانی را به نحوی سطر و رسمند تدوین کرده و دستورالعمل معنادرمانی برای درمانگران را ارائه داده است. در واقع این کتاب حکم دستنامه^۲ را برای بالینگرانی^۳ دارد که به حوزه وجودنگری، به ویژه معنادرمانی، علاقه‌مند و به دنبال منبعی کاربردی هستند، و به تعبیر اروین یالوم نامه سرگشاده‌ای است برای این قبیل افراد.

۲. نظریه‌پرداز زمانی که کتاب‌های متعددی را در حوزه نظریه‌پردازی‌اش تألیف می‌کند معمولاً آن را به صورت پراکنده و کلی می‌نویسد و افراد دیگری به جمع‌آوری،

۱. فرمک، نام و نام گزینی، اسدالله پارسا مهر، انتشارات سیروان، ج ۱، ۱۳۸۵.

تنظیم و تدوین آن همت می‌گمارند و اصول نظریه وی را یکپارچه می‌کنند و به شکل منظم درمی‌آورند. در این کتاب نیز این نظم‌بخشی کاملاً مشهود است، یعنی اگر شما کتاب‌های ترجمه‌شده فرانکل را مطالعه کنید با وجود جذابیتی که دارند نیاز به تنظیم گفته‌ها و گفتارهای آن‌ها احساس می‌شود. نویسنده کتاب حاضر چنین کاری را درباره نظریه فرانکل انجام داده است و شما با مطالعه این کتاب به یکپارچگی و نظام‌مند بودن آن پی خواهید برد. نویسنده در این کار علاوه بر آثار و نظریات فرانکل از دیگر صاحب‌نظران این حوزه - که برخی از آن‌ها شاگردان وی هستند - نیز استفاده کرده و به نظرها و آرای آن‌ها در جای جای این کتاب اشاره کرده است.

۳. این کتاب شامل دو حوزه بنیادی^۱ و کاربردی^۲ است. در بخش اول نظریه فرانکل به نحو زیربنایی و فلسفی بررسی می‌شود و در بخش دوم، که قسمت عمده کتاب را نیز دربرمی‌گیرد، به کاربرست نظریه فرانکل پرداخته می‌شود که راهنمای عملی کامل برای روان‌شناسان بالینی، درمانگران و مشاوران این حوزه از روان‌درمانی است و طرفه این که در بخش کاربردی و عملی کتاب در سه قسمتی که تکنیک‌های معنادرمانی آمده مثال‌های عملی و موردی برای فهم بیشتر و درک و یادگیری بهتر آن تکنیک‌ها نیز بیان شده است.

۴. کتاب حاضر علاوه بر این که مخصوص کار بالینگران و تحصیلکردگان روان‌شناسی است، برای افرادی هم که به روان‌شناسی و درمانی علاقه‌مندند ممکن است بسیار سودمند باشد و زندگی‌شان را پربار کند.

۵. مشکل جدی مترجم در ترجمه این کتاب برابرگزینی اصطلاحات و واژه‌های تخصصی معنادرمانی بوده است. با توجه به این که کتاب حاضر اولین سری است که در این زمینه (غیر از آثار خود فرانکل) ترجمه می‌شود، واژه‌ها و اصطلاحاتی در متن کتاب وجود دارد که یا برابرگزینی برای آن واژه و اصطلاح صورت نگرفته است یا برای یک اصطلاح و ترکیب چند ترجمه وجود دارد که گزینش برابر فارسی مناسب، که زیبا و جامع هم باشد، مترجم را به زحمت انداخته است. لذا با همه این سختی‌ها سعی کرده‌ام بهترین برابر و ترجمه‌ای که بیشترین فراوانی را در ترجمه آثار فرانکل داشته است برای این قبیل اصطلاحات انتخاب شود. در نهایت خواستار چشمپوشی استادان بزرگوار، مترجمان

1. basic

2. applied

گرانقدر و صاحب‌نظران گرامی در این عرصه هستم و از همه عزیزان بابت کاستی‌های ترجمه این اثر پوزش می‌طلبم.

از همسر عزیزم که همواره مشوق اینجانب بوده است تشکر و قدردانی می‌کنم. از پرویز بقایی عزیز که در فرایند ترجمه بارها یاری رسانم بوده است و از آقای مهدی گنجی که از نظرشان دربارهٔ برابرگزینی چند اصطلاح استفاده کرده‌ام تشکر می‌کنم. همچنین از همه دست‌اندرکاران انتشارات وزین رشد به‌ویژه آقای دکتر محمود گلزاری، آقای ناصر ترابی و آقای مختار صحرایی که مقدمات چاپ این اثر را فراهم کردند سپاسگزارم.

رحیم رابط