

امروزه، روان‌درمانگری و مشاوره به یکی از نیازهای زندگی روزمره مردم تبدیل شده است؛ هر چند هنوز ارزیابی‌ها، نتایج روشنی به دست نمی‌دهند، اما این حوزه از علوم کاربردی هر روز رو به گسترش و تحول است. امروزه نظریه‌های روان‌درمانگری در تلاش برای اثبات اثربخشی خود هستند و همان‌طور که در قرن گذشته پیش‌بینی شده بود (پالمر^۱ و وارما^۲ ۱۹۹۷)، بیش از هر زمان دیگری روان‌درمانگری گرایش به یکپارچه شدن و یا تحول در شیوه‌هایی دارد که بتواند در زمان کوتاه و با استفاده از فنون مختلف کمک مؤثری به مراجعان خود ارائه دهد.

به رغم این گسترش، اغلب روش‌های مطرح دنیا به نوعی تحول‌یافته روش‌های سنتی بوده و یا وفادار به مکاتب کلی و بزرگ باقی مانده‌اند؛ به نحوی که بدون درک دقیق از درمان‌های کلی و سنتی، تسلط بر شیوه‌های جدید مشکل به نظر می‌رسد. تجربه بیش از یک دهه تدریس در این زمینه، تحول فکری و استحکام عملی دانشجویان را بعد از تسلط انتقادی بر نظریه‌های بزرگ، بر ما واضح کرده است.

زمانی که قرار شد کتابی تحت عنوان نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانگری به رشته تحریر درآید؛ پس از جمع‌آوری منابع معتبر، آنچه به نظرم مهم آمد این بود که هنوز در سال ۲۰۱۴ م اغلب کتاب‌های مطرح دنیا در چارچوب نظریه‌های بزرگ نگاشته می‌شوند؛ بنابراین، براساس این سنت، تصمیم بر این شد که ابتدا نظریه‌های کلی تدوین شوند و به این منظور راهبردهای روان‌درمانگری به چهارحوزه کلی تقسیم و مهم‌ترین آنها مورد تألیف قرار گرفتند؛ حوزه روان‌تحلیل‌گری، حوزه رفتاری شناختی، حوزه وانمودی و وجودی و حوزه درمان‌های یکپارچه و نیروی چهارم، هر کدام از این حوزه‌ها خود چندین نظام درمانی را به خود اختصاص می‌دهند.

در جلد اول کتاب از سه حوزه نخست، دو نظریه کلی و بنابراین شش نظریه مهم روان‌درمانگری انتخاب شدند، شش نظریه‌ای که امروزه پایه رشد و تحول اغلب پژوهش‌های روان‌درمانگری قرار گرفته‌اند. کتاب دوم با عنوان «نظریه‌های روان‌درمانگری و مشاوره: شیوه‌های نوین»، تحولات اخیر و نظام‌های نوین در این حوزه‌ها را مورد بحث قرار داده و یک فصل نیز به درمانگری مذهبی اختصاص یافته است و به دلیل اهمیت نقد روان‌درمانگری‌های مذهبی براساس نظر «گروه روان‌شناسی پژوهشگاه حوزه و دانشگاه» تصمیم بر آن شد که درمانگری‌های مذهبی به عنوان کتابی مستقل به رشته تحریر درآید.

ساختار کتاب از یک چارچوب نسبتاً ثابت پیروی می‌کند. هرچند در متون ترجمه‌شده حاضر در عرصه کتاب، مشابهت‌هایی به چشم می‌خورد، اما چارچوب کتاب حاضر برای یادگیری نظریه‌های درمان از انسجام مطلوبی برخوردار است؛ علاوه بر این، در پایان هر فصل نقد و بررسی، و مطابقت‌ها و عدم مطابقت‌های فرهنگی هر نظریه با فرهنگ اسلامی و بومی ایران به اختصار آمده که در آن سعی شده است زمینه‌های لازم برای تحریک خلاقیت دانشجو به منظور پژوهش برای دستیابی به روش‌های ملی فراهم گردد.

1. Palmer, S.

2. Varma, V.

ساختار هر فصل شامل خطوط کلی زیر است که تألیف کتاب براساس آن تنظیم شده است:

- اهداف فصل (انتظار از مطالعه فصل)

- مرور کلی

- تاریخچه مختصر (بیشتر تاریخچه تحول و نظریه پردازان)

- مفاهیم اساسی (مفاهیمی که به درک نظریه درمان کمک می کند)

- نظریه شخصیت (انسان‌شناسی، شخصیت و تحول آن؛ به نحوی که به درک عملیات درمان کمک کند)

- آسیب‌شناسی روانی (چگونه بیماری حاصل می‌شود؟)

- نظریه و اصول روان‌درمانگری (درمان چگونه تبیین می‌شود و اصول هدف کلی درمان چیست؟)

- فرایند و مراحل درمان (درمان از چه فرایندی برخوردار است؟ و چه مراحل را طی می‌کند؟)

- مکانیزم‌ها و فنون درمان (چگونه برای این درمانگری آماده شویم؟ درمان چگونه سازمان

می‌یابد؟ مکانیزم‌های درمان کدام‌اند؟ و درمانگر از چه فنونی استفاده می‌کند؟)

- نقد و بررسی که شامل ارزشیابی تجربی، بیان نقاط قوت و ضعف و نیز مطابقت‌ها و عدم مطابقت‌های فرهنگی است.

- خلاصه فصل

- معرفی سایت‌های معروف برای پیگیری اطلاعات جدید

- منابع

کتاب حاضر به ارزش سه واحد قابل ارائه است که تلاش شده مطالب در چارچوب منسجم و همسانی ارائه و از کتاب‌های دانشگاهی معروف جهان استفاده شود. الگوی مؤلفان بنامی در روان‌درمانگری مانند ودینگ^۱ و کرسینی^۲ (۲۰۱۱)^۳ که عمر خود را صرف تحقیق و تألیف در این زمینه کرده‌اند، بیشتر مورد استفاده قرار گرفته و با استفاده از دیگر منابع معتبر که معمولاً نویسندگان فصل‌های آنها، خود نظریه‌پردازان اصلی بوده‌اند غنی‌تر گشته و تلاش زیادی شده است که علاوه بر ارائه مطالب نظری، زمینه کاربرد شیوه‌های روان‌درمانگری را برای دانشجویان و اساتید محترم فراهم کند.

نکته‌ای که در تدریس «نظریه‌های روان‌درمانگری و مشاوره» از اهمیت بالایی برخوردار بوده، این است که بیان نقد نظریه‌ها قبل از یادگیری یا تمرین عملی آنها دارای دو آفت احتمالی اما اساسی است؛ یکی اینکه اگر دانشجویان آشنایی کافی با نظریه‌های مختلف نداشته باشند؛ پس از شنیدن نقد از یادگیری درست آن نظریه دلسرد شده و براساس تجربه مؤلف چه بسا این دلسردی به تمامی فرایند تحصیل تعمیم یابد و دوم اینکه

1. Wedding, D.

2. Corsini, R. J.

۳. کتاب ودینگ و کرسینی (۲۰۱۴)، در چاپ دهم خود در حالی منتشر می‌شود که نگارش کتاب حاضر از سال ۲۰۰۵ تاکنون به درازا کشیده است.

گاهی باعث شکل‌گیری موضع‌گیری‌های متعصبانه در آنها می‌شود.

بسیار مطلوب است که مهارت تفکر انتقادی قبل از یادگیری انتقاد کردن، به دانشجویان آموزش داده

شود.^۱

در کتاب دوم نظریه‌های روان‌پویشی (شامل ملانی کلاین،^۲ فیربرن،^۳ کوهات^۴ و درمان‌های کوتاه‌مدت جدید، روان‌درمانگری کوتاه‌مدت پویشی و درمانگری مبتنی برتحلیل روابط متقابل (TA))، واقعیت‌درمانگری، روان‌بنه‌درمانگری، درمانگری فراشناختی، درمانگری‌های وجودی، معنادرمانگری، نظریه‌های یکپارچه و مذهبی به تفصیل بحث شده که بیشتر متناسب با سطح کارشناسی ارشد و دکتری است. گاهی منابعی بوده‌اند که به دلیل ویژگی‌های خاص به طور مستقل ترجمه و چاپ شده است که از آن جمله می‌توان به کتاب شناخت درمانگری گروهی اثر مایکل فری^۵ (۲۰۰۷) اشاره کرد که قبل از چاپ این دو جلد اصلی، اکنون به چاپ‌های بعدی رسیده است. همچنین کتاب فراشناخت درمانگری اثر فیشر^۶ و ولز^۷ (۲۰۰۹) و درمان شناختی برای بیماری‌های مزمن (تایلر،^۸ ۲۰۱۰)^۹ که خواندن آنها، به ویژه در زمینه تمرین روان‌درمانگری توصیه می‌شود. کتاب‌های دیگری که تکمیل‌کننده مباحث این کتاب‌هاست، کتاب شیوه‌های درمانگری اضطراب و تنیدگی است که نظریه‌های جدیدی مانند نظریه شناختی رفتاری مایشن بام،^{۱۰} نظریه عقلانی-هیجانی-رفتاری الیس،^{۱۱} و نظریه چندوجهی لازاروس^{۱۲} به تفصیل در آن بحث شده است. به همین دلیل؛ در کتاب حاضر نظریه بک^{۱۳} مبنای بحث در فصل شناخت درمانگری قرار گرفته و در کتاب دوم هم در فصل مربوط به درمان شناختی-رفتاری از نظریه مایشن بام، بحثی به میان نیامده است.

درخاتمه، با حمد و سپاس برای خداوندی که یگانه مدبر هستی است و شرایط تجربه نعمتی همچون خدمت به خلقش را به شکل حاضر نصیبمان کرد. در تهیه این کتاب اساتید گرانقدری همکاری جدی داشته‌اند که تقدیر از آنها در حد کلام نمی‌گنجد و زبان قاصر از بیان آن است. استاد گرانقدر، زنده‌یاد دکتر پریخ دادستان را که در قید حیاتش دست نوشته این کتاب را ملاحظه کردند و به رغم پیگیری و تشویق‌های مؤثر او، چاپ آن

۱. مطالعه کتاب مهارت‌های مطالعه در دانشگاه اثر جان بزرگی و شقاقی، انتشارات ارجمند را توصیه می‌کنیم.

2. Klien, M.

3. Fairbairn, W. R. D.

4. Kohat, H.

5. Free, M.

6. Fisher, P.

7. Wells, A.

8. Taylor, R. R.

۹. دو کتاب اخیر توسط انتشارات ارجمند در دست چاپ است.

10. Michenbaum, D.

11. Ellis, A.

12. Lazarus, A. A.

13. Beck

در فقدان آن عزیز صورت پذیرفت، از یاد نمی‌بریم و زحمات او را همواره قدر می‌نهمیم. استاد گرانقدر آیت‌الله سیدمحمد غروی که در واقع همکار اصلی این طرح بوده‌اند را صاحب اصلی اثر می‌دانیم و خداوند را به خاطر درک حضورش در این تلاش‌ها همواره سپاسگزاریم و تلاش‌هایش را صمیمانه ارج می‌نهمیم. زحمات اساتید گرانقدر آقای دکتر علی فتحی آشتیانی و آقای دکتر مسعود آذربایجانی که ارزیابی و نقد اولیه کتاب را برعهده داشته‌اند، قابل تقدیر و سپاس است. همکاری دانشجویان عزیز و مشتاق در طول سال‌های تدوین این مجموعه که ذکر اسامی همه آنها مقدور نبوده، همواره روحیه‌بخش و امیدآفرین بوده است. بدیهی است ارسال نقطه نظرات اساتید و دانشجویان می‌تواند به ویرایش غنی‌تر مجموعه بیفزاید و در ویراست‌های بعدی کتاب مورد بهره‌برداری قرار گیرد.

مسعود جان بزرگی