



گرایش به روان‌درمانی



محمود مقدادی

سرشناسه	: مقدادی، محمود، ۱۳۵۹-
عنوان و نام پدیدآور	: گرایش به روان‌درمانی/ محمود مقدادی؛ ویراستار اول هادی محمدزاده
مشخصات نشر	: تهران: سخنکده، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری	: ۱۵۹ ص.؛ ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک	: 978-622-5799-05-9: ۴۵۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: روان‌درمانی
	Psychotherapy
رده بندی کنگره	: RC۴۸۰
رده بندی دیویی	: ۶۱۶/۸۹۱۴
شماره کتابشناسی ملی	: ۸۷۵۴۹۱۹
اطلاعات رکورد	: فیپا
کتابشناسی	

گرایش به روان‌درمانی

مولف: محمود مقدادی

ناشر: سخنکده

ناظر فنی چاپ: علی اکبر کرمی

شابک: ۹-۰۵-۵۷۹۹-۶۲۲-۹۷۸

ویراستار اول: هادی محمدزاده

ویراستار دوم: اسماعیل صمیمی‌پور

طراح جلد: هادی محمدزاده

نوبت چاپ: اول، ۱۴۰۰

قیمت: ۴۵۰۰۰ تومان

تیراژ: ۲۰۰ جلد



تهران: خیابان انقلاب - بازار بزرگ کتاب - طبقه همکف - واحد ۱

۰۲۱-۶۶۹۶۲۰۵۱

فهرست مطالب

مقدمه	۵
نگرش	۱۰
مروری تاریخی	۱۰
تعریف نگرش	۱۵
ابعاد نگرش	۱۷
کارکردهای نگرش	۲۳
تغییر نگرش	۲۵
رابطه‌ی نگرش با رفتار	۲۹
روان‌درمانی مروری تاریخی	۳۸
تعریف روان‌درمانی	۴۴
اهداف روان‌درمانی	۵۲
کارکردهای روان‌درمانی به عنوان راهکار حل مشکلات	۵۶
روان‌درمانی به عنوان یک نهاد	۶۱

مدرنیته.....	۶۸
معنای مدرنیته.....	۶۸
ابعاد مدرنیته.....	۸۱
عقل گرایی.....	۸۴
عوامل مؤثر بر نگرش به روان درمانی.....	۹۱
نوسازی.....	۹۱
پیامدهای نوسازی تغییر در ارزش ها.....	۹۳
انزوای اجتماعی.....	۱۰۶
تأثیرات رسانه ها.....	۱۱۴
تأثیر اجتماعی.....	۱۱۶
ناخرسندی های بشر مدرن.....	۱۳۱
دینداری بشر مدرن.....	۱۴۰
مدرنیته در ایران.....	۱۴۳
جمع بندی.....	۱۵۲
منابع.....	۱۵۵

مقدمه

در گذشته تحول جوامع و سنن آن به آرامی و در فاصله‌ی نسل‌ها اتفاق می‌افتاد به طوری که محیط زندگی افراد کمابیش برای آن‌ها آشنا و قابل فهم بود و افراد برحسب آشنایی‌ای که با زیر و خم آن محیط داشتند، با آن به تعامل می‌پرداختند. آن محیط در مقایسه با شرایط زندگی امروزی، به ویژه آن چیزی که در شهرهای بزرگ جریان دارد، بسیار ساده بود. افراد اغلب قادر به فهم آن بودند و به خوبی می‌دانستند در هر شرایطی چه کاری باید انجام دهند و چه انتظاری از آن‌ها می‌رود. مسیر زندگی آینده‌ی آن‌ها نیز تا حد زیادی برایشان معلوم بود. به این ترتیب افراد در رفع نیازهای خود به ویژه نیازهای عاطفی و کسب حمایت اجتماعی لازم و برقراری ارتباط مؤثر با دیگران توفیق می‌یافتند و در صورتی که نارسایی ذهنی یا جسمی عمده‌ای نداشتند، زندگی‌شان را توأم با رضایت و آرامش سپری می‌کردند.

اما با آغاز دوره‌ای که روزگار مدرن در تاریخ بشر نامیده شده است و تحولات آن بر اساس برخی از خصوصیاتشان از تحولات دوره‌های پیش از آن متمایز می‌شوند، شرایط زندگی انسان‌ها دگرگونی‌های فراوان به خود

دیده است. یکی از ویژگی‌های این دوران تغییرات بسیار سریع است به حدی که شرایط زندگی در دوره‌ی زندگی یک نسل هم ممکن است به طور چشمگیری تغییر کند و به این ترتیب تجاربی که پدران و مادران در طول زندگی خود اندوخته‌اند و بعد تلاش می‌کنند به نسل بعدی انتقال دهند، چندان به حال این فرزندان مفید نمی‌افتد.

این محیط بسیار متغیر آن سادگی و معناداری محیط قدیمی را ندارد و افراد مانند گذشته نمی‌توانند چندان بر آشنایی و ادراک شخصی خود برای تنظیم رفتارشان اتکا کنند. در حالی که در جوامع به نسبت بسته‌ی سنتی پیش‌دآوری‌ها و آگاهی‌های افراد در تنظیم رفتار آن‌ها بسیار کمک‌کننده بودند، اکنون با وجود سهولت جابه‌جایی گسترده‌ی افراد که سبب می‌شود انسان با افراد بیگانه به طور مکرر روبرو شود، این عوامل ذهنی (یعنی همان پیش‌دآوری‌ها و آگاهی‌ها) دیگر آن کارایی را ندارند. افراد در دوره‌ی مدرن بسیار بیش از گذشته با غریبه‌ها روبرو می‌شوند و در هر مواجهه باید تصمیم بگیرند چه رفتاری مناسب است. همچنین، در این شرایط افراد برای جهت‌یابی در زندگی، الگوگیری و چاره‌جویی برای مشکلاتشان نیز به دشواری بر می‌خورند.

از سوی دیگر، یکی از ویژگی‌های زندگی دورانی مدرن تخصص‌گرایی و جست‌وجوی شیوه‌های عقلانی برای پیشبرد و همچنین بهبود امور زندگی است و روان‌درمانی هم یکی از راهکارهای جوامع مدرن برای یاری رساندن

به انسان است تا بتواند با دنیای پیرامون خود که دیگر نظم و سکون معنادار گذشته را ندارد، به خوبی ارتباط برقرار کند. به بیان دیگر، همراه با گسترش تخصص‌گرایی، برخی از اموری که پیش از این جامعه به طور طبیعی برای افراد فراهم می‌آورد، حال جای خود را به روابط حرفه‌ای میانی روان‌درمانگر و مراجعین آن‌ها داده است.

روانشناسی از نظر تاریخی، همچون بسیاری دیگر از شاخه‌های علوم نوین، بخشی از فلسفه و به ویژه در مورد روانشناسی بخشی از معرفت‌شناسی به شمار می‌رفت که به تدریج همپای سایر تحولات دوره‌ی مدرن، در بستر تخصصی و عقلانی شد. فزاینده‌ی امور، تبدیل به یک رشته‌ی علمی مستقل شده است که علایق و حیطه‌های پژوهشی و کاربردی مشخص خود را نیز دارد. هدفی روانشناسی در ابتدای امر مطالعه‌ی روانی انسان با هدف شناختی چستی آن بود و سپس پا به پای مدرنیته و شکل‌گیری روانی ناآرام انسانی این عصر، توجهش به این اذهان ناآرام نیز جلب شد و به این ترتیب خصلتی بالینی پیدا کرد. روان‌پزشکی هم به عنوان شاخه‌ای از علم پزشکی در حال رشد بوده است و از همان ابتدا به مطالعه و درمان افرادی که ناهنجاری‌های بسیار حاد داشتند، می‌پرداخت. در کنار این‌ها، مشاوره نیز در پاسخ به پیچیدگی روزافزون جوامع برای راهنمایی افرادی که مشکل حادی نداشتند اما برای یافتن راه خود نیازمند راهنمایی فردی مطلع بودند، شکل گرفت. مجموعه‌ی افراد فعال در این رشته‌های علمی و تخصصی با ایجاد و گسترش ساختارهای

صنعتی و سازمانی برای ارائه‌ی خدمات گسترده‌تر به مراجعین رو به ازدیادشان و تأمین حمایت حقوقی متقابل میان مراجعین و روان‌درمانگران، مشاوران و روان‌پزشکان، آن چیزی را به وجود آوردند که در این پژوهش از آن به عنوانی نه‌اروان‌درمانی یاد می‌شود.

جامعه‌ی ایران نیز به نوبه‌ی خود از تحولات روزگار مدرن بی‌نصیب نمانده و مدرنیته با جذابیت‌های فراوانی که داشته و دارد به سرعت در ظاهر و باطن زندگی روزمره‌ی ایرانیان رسوخ کرده است. تحصیلات و ابزاری که افراد در زندگی روزمره‌ی خود با آن‌ها سروکار دارند، خواسته یا ناخواسته، پیامدهایی برای آن‌ها داشته و ذهنیت و فرهنگ آن‌ها را دگرگون کرده است. همچنین، زندگانی ایرانیان در بستو جامعه‌ای که به طور روزافزون بر پیچیدگی آن افزوده شده است، جریان دارد در مجموع، این شرایط می‌تواند بهره بردن از خدمات روان‌درمانی و مشاوره را برای بنگان امری سودمند یا حتی ضروری ساخته باشد. به عبارت دیگر، شرایط زندگی در وضعیت موجود به‌طور کلی می‌تواند سبب شده باشد افراد مراجعه به شخص متخصص و مطلع را بر آنکا به مهارت‌ها و ابتکارهای خود ترجیح دهند تا شاید بتوانند مشکلات خود را بهینه‌تر و در زمانی کوتاه‌تری حل کنند.

تا همین اواخر مراجعه به روان‌درمانگر در جامعه‌ی ایران اغلب برای فرد مراجعه‌کننده انگ‌هایی به همراه داشت ولی همراه با سایر تحولات اجتماعی ایران در دهه‌های اخیر این نگاه نیز، به ویژه در عرض همین چند سال گذشته،

در حالی تغییر بوده است طوری که مراجعه به روان‌درمانگر که زمانی تنها برای افرادی با مشکلات روانی و یا شخصیتی یا به بیان دیگر «دیوانگان» ضروری به شمار می‌رفت، در حال تبدیل به نیازی عادی برای افرادی شده است که حتی گاه در ظاهر به نظر می‌رسد زندگی عادی و رضایت‌مندانه‌ای را تجربه کنند. این گرایش گسترده برای مراجعه به روان‌درمانگران و مشاوران خود را حین انجام پژوهش خیلی بیشتر از پیش نشان داد. یک مورد زمان اجرای پیش‌آزمون پرسش‌نامه بود که پژوهشگر به سهولت حدود سی نفر را از میانی دوستان و آشنایان خود پیدا کرد که تجربه‌ی مراجعه داشتند. روان‌درمانی در ایران با تصویب قانون سازمان نظام روانشناسی و مشاوره در سال ۱۳۸۲ وارد دوره‌ی جدیدی شده است. اهداف تشکیل این سازمان، آن‌طور که در قانونی تشکیل آن آمده و روی درگاه آن قابل‌دسترس است، عبارت هستند از:

۱. تلاش برای ارتقاء سطح دانش روانشناسی و مشاوره
 ۲. حمایت از حقوق مراجعین به روانشناسان و مشاوران
 ۳. حمایت از حقوق صنفی روانشناسان و مشاوران.
- به این ترتیب، روان‌درمانگران و مشاوران در ایران به عضویت یک سازمانی رسمی در آمده‌اند که از یک سو، دست‌کم آن‌طور که در متن قانون آن تصریح شده است، از حقوق مراجعین آنان حمایت می‌کند و این خود احتمالاً عاملی در جلب اعتماد ایشان بوده است. از سوی دیگر، روان‌درمانگران نیز

دارای حقوق و حمایت صنفی شده‌اند. این موضوع نشان‌دهنده‌ی رشد و گسترش روان‌درمانی و تبدیل آن به یک نهاد مدرن در جامعه‌ی ایران است که نیاز به یک سازمانی رسمی برای مدیریت و برنامه‌ریزی دارد.

در کنار موضوعی که در بالا آمد، اظهارات معاون وزیر بهداشت، دکتر علی‌اکبر سیاری، در همایش بزرگداشت روز روانشناسی در اردیبهشت سال جاری (۱۳۹۵) مبنی بر اینکه مردم ایران سالانه ۱۰۰۰ میلیارد تومان صرفی درمان اختلالات روانی می‌کنند، نشان می‌دهد که جامعه نیز از روان‌درمانی استقبال کرده است و یا به آن احتیاج دارد (گزارش خبرگزاری ایسنا، ۱۴ اردیبهشت ۱۳۹۵). البته شاید این رقم بسیار مبالغه‌آمیز به نظر برسد اما بخشی از واقعیت موجود را نشان می‌دهد. باوجوداین، هنوز پژوهشی در این زمینه در ایران انجام نشده است تا وجوه مختلف این موضوع روشن شود؛ به این معنا که هنوز پژوهشی در مورد علل و دلایل مراجعه‌ی افراد به مراکز مشاوره و روان‌درمانی و نیز میزان کارآمدی روان‌درمانی و مشاوره در حل مشکلات آن‌ها انجام نشده است.

نگرش

مروّی تاریخی

نگرش یکی از مفاهیم کلیدی در روانشناسی اجتماعی است و اهمیت آن تا جایی است که زمانی برخی از صاحب‌نظران روانشناسی اجتماعی را اساساً