

دین علی



در این شماره می‌خوانید :

درمان آدلری راهی برای اجرای فلسفه اگزیستانسیال

فوکو و تاریخ جنون

دزدها هم روش تحقیق را به خوبی می‌دانند!

تنظیم هیجان در طرح‌واره درمانی و رفتار درمانی دیالکتیکی





رavanboneh

نشریه روان بنه

زیر نظر : گروه رشد و توسعه روانشناسی در ایران

سال اول / شماره ۱۲ / دی ۱۳۹۵

First year /Number Twelve/December 2016

G & D Group

سردبیر: مسعود حامدی

شورای تحریریه (به ترتیب حروف الفبا):

دکتر مهدی اکبری

دکتر علی رضا بوستانی پور

دکتر محمود دهقان

دکتر اسماعیل عاقبتی

هیئت تحریریه (به ترتیب حروف الفبا):

منا سمیعی سنجانی

مژگان عطار

مدیر اجرایی: آرزو قندچی

گرافیست: رقیه سیفی

کanal تلگرام: <https://telegram.me/ravanboneh>

سایت: ravanboneh.com

پست الکترونیک: info@ravanboneh.com

شماره های تماس: ۰۹۰۳۲۰۲۹۲۲۵ - ۰۹۰۴۸۸۳۰۵۰۲۸

نویسندهای این شماره به ترتیب حروف الفبا:

دلارم جمعیان، کبری حسین زاده، پیمان دوستی،

عادل قیداری، پوریا کلشنی، اردوان نیک آین

این نشریه الکترونیک با هدف انتشار مقالات، رویدادها و موضوعات حوزه

روانشناسی و مشاوره هر ماه به صورت رایگان با همت متخصصین دغدغه مند در

این حوزه ها نگارش، تولید و منتشر خواهد شد. سایر دوستان و متخصصین که

تمایل به همکاری با این نشریه الکترونیک دارند می توانند نقطه نظرات خود را

از طریق پست الکترونیکی با ما در میان بگذارند.

برای عضویت این خبرنامه از طریق سایت اقدام فایید.

سازمان آگهی ها

برای درج آگهی و یا اطلاع رسانی پیرامون کارگاه ها و همایش ها در حیطه

روانشناسی با ایمیل info@ravanboneh.com در تماس باشید.

فهرست مطالب :

درمان پذیرش و تعهد را بیشتر بشناسید/۲

دومین همایش ملی روانشناسی و علوم تربیتی/۳

توانایی در پذیرفتن، مسئولیت در ساختن.../درمان آدلری
راهی برای اجرای فلسفه اگزیستانسیال/۴

معرفی کتاب شخصیت سالم از دیدگاه روانشناسی
انسان گرا/۵

روانشناسی و پدیدارشناسی/۶

فوکو و تاریخ جنون/۸

نخستین کنگره ملی دانشجویی پژوهش های نوین در
روانشناسی/۹

تنظیم هیجان در طرح واره درمانی و رفتار درمانی
دیالکتیکی/۱۰

دزدها هم روش تحقیق را به خوبی می دانند!۱۲

نخستین همایش ملی ریاضی و آمار/۱۳

اصحابه با دکتر علیرضا عابدین/۱۴

فرم عضویت/۱۷

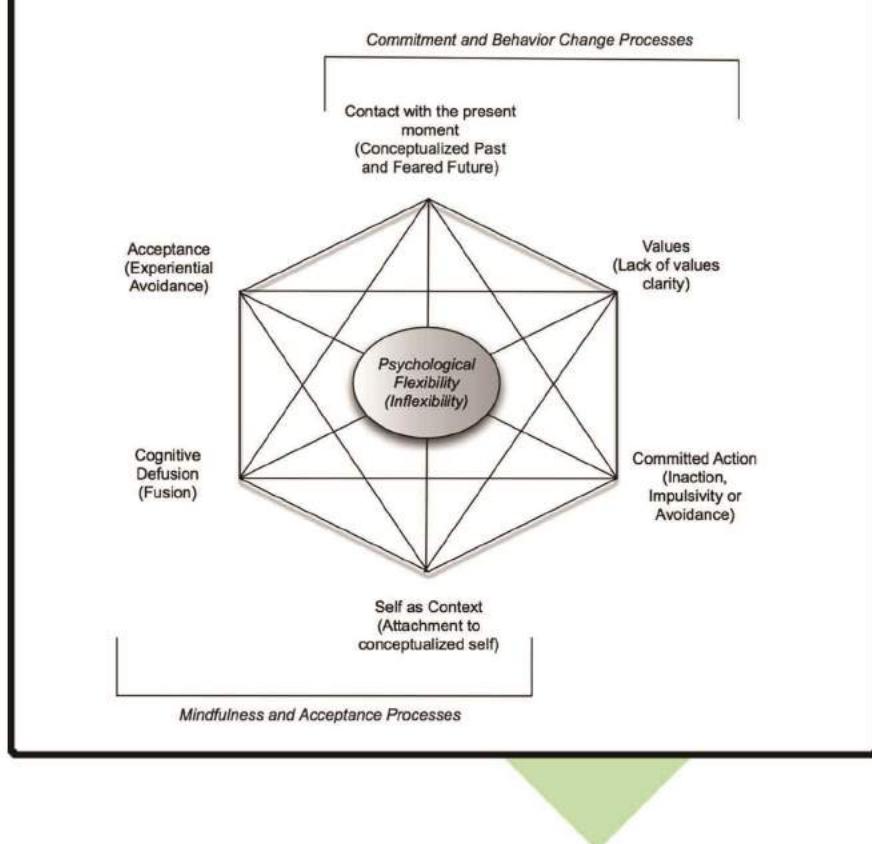
ملاحظات/۱۸



۱. آرا نویسنده‌گان لزوماً دیدگاه گروه رشد و توسعه روانشناسی نیست.
۲. مسئولیت متن آگهی‌ها بر عهده ارائه‌دهنده آگهی‌ها است.
۳. مسئولیت علمی مقاله بر عهده نویسنده یا نویسنده‌گان است.
۴. نشریه روان بنه در قبول یا رد مقاله‌ها آزاد است.
۵. نشریه در اصلاح و ویرایش مطالب رسیده آزاد است.
۶. مقالات ارسال شده بازگردانده نمی‌شود.
۷. ماهنامه روان بنه نشریه الکترونیکی و غیرقابل فروش است

از نویسنده‌گان محترم تقاضا می‌شود به نکات زیر توجه فرمایند:

۱. نشریه روان بنه آماده چاپ و انتشار مقاله‌های نقد و بررسی، گزارش‌های تحقیقی اصیل، مورد پژوهی و مورد آزمایی و مورد درمانی و نیز نقد و معرفی کتاب است.
۲. مقالات خود را به ایمیل info@ravanboneh.com ارسال فرمایید.
۳. مقاله باید به زبان فارسی، با انشایی روان و سلیس نوشته شده باشد.
۴. مقالات و ترجمه‌های خود را حتی‌الامکان حروفچینی شده ارسال نمایید.
۵. مقالات ارسال شده بازگردانده نمی‌شود.
۶. نقل مطلب با ذکر مأخذ آزاد است.
۷. اصطلاحات لاتین و اسامی باید قسمت پایین صفحه بیاید.
۸. نام و نام خانوادگی نویسنده یا مترجم، سمت علمی، محل کار، نشانی، شماره تلفن، شماره دورنگار و پست الکترونیکی حتماً باید ذکر شود.
۹. چنانچه مخارج مالی مربوط به تهیه مقاله و یا انجام پژوهش، از طرف موسسه‌ای تأمین شده است در صفحه اول مقاله یا گزارش (در قسمت پاورقی) حتماً ذکر شود.
۱۰. شیوه ارجاع به منابع و کتابنامه شناسی، طبق استاندارد APA خواهد بود.
۱۱. توصیه می‌شود در ترجمه واژه‌ها تا حد امکان از معادلهای موجود استفاده شود و درصورتیکه معادل جدیدی آفریده می‌شود، دلایل کافی در پاورقی آورده شود.
۱۲. ذکر منبع مقالات ارسالی، الزامی می‌باشد و مقالات بدون منبع چاپ نخواهند شد.



درمان پذیرش و تعهد را بیشتر بشناسید

درمان پذیرش و تعهد تلاش مستقیمی برای توقف و حذف افکار و احساسات ناخوشایند نمی‌کند، در عوض افراد را تشویق می‌کند که با تجاربشان ارتباطی متفاوت داشته باشند.

در اواخر دهه ۱۹۹۰، چند دفترچه راهنمای استفاده از ACT برای انواع مختلف اختلالات روانی منتشر شد. درمان ذکر شده در این دفترچه‌ها در تحقیقات تجربی استفاده شده است و اثربخشی ACT را به عنوان درمانی مناسب برای سو مصرف مواد، سایکوز، اضطراب، افسردگی، درد مزمن و اختلالات خوردن تأیید کردند.

نتوری ACT

نتوری ACT احساسات ناخواسته و نشانه‌ها را اختلال تعریف نمی‌کند، در عوض به افراد کمک می‌کند تا یک زندگی غنی و پویا را تجربه کنند. این غنی بودن به وسعت طیف تجربه انسانی و درد ناشی از برخی موقعیت‌ها است.

پذیرش بدون قضاوت و فاقد تلاش برای تغییر افکاری که می‌آیند مهارتی است که از طریق تمرین‌های توجه آگاهی در داخل یا بیرون جلسات حاصل می‌شود. درمان پذیرش و تعهد تلاش مستقیمی برای توقف افکار و احساسات ناخواسته نمی‌کند (برخلاف درمان شناختی و رفتاری سنتی CBT) در عوض افراد را تشویق می‌کند یک رابطه جدید و شفقتبار با تجاربشان برقرار سازند. این تغییر می‌تواند مردم را از مشکلات تلاش برای کنترل تجرب خود آزاد کند و به آن‌ها کمک کند مطابق با ارزش‌هایشان عمل کنند.

متجم: پیمان دوستی

دانشجوی دکتری تخصصی روان‌شناسی

تاریخچه درمان پذیرش و تعهد

برای دهه‌ها پژوهشگران حوزه روان‌شناسی برای گسترش علم و ایجاد مداخلات روان‌شناختی برای افرادی که می‌خواستند بر بیماری روانی غلبه کنند کار کردند. درنتیجه، بسیاری از مردم موفقیت قابل توجهی در مدیریت بسیاری از نگرانی‌ها کسب کردند که درنتیجه رفاه بیشتری را تجربه کردند. با این حال هنوز هم جلوگیری از عود اختلال به عنوان مشکل بالقوه کسانی است که به دنبال دست‌یابی به سلامت روان می‌باشند. اخیراً درمان جدیدی به نام ACT با امید افزایش اثربخشی درمان‌های روانی در طولانی‌مدت توسعه یافته است.

درمان پذیرش و تعهد (ACT) بر پایه نظریه چهارچوب ارتباطی (RFT)، یعنی مکتبی که تحقیقات آن بر مبنای زبان و شناخت است پایه‌ریزی شده است. RFT بیان می‌کند که مهارت‌های منطقی ذهن انسان برای حل مسائل ممکن است در غلبه بر رده‌های روانی بی‌تأثیر باشد. بر اساس این فرض، درمان پذیرش و تعهد گسترش پیدا کرد. هدف، گسترش آموزش به مردم بود که اگرچه تجربه درد روانی طبیعی است، اما می‌توانیم یاد بگیریم که با تغییر روش فکر کردن به دردها سالم زندگی کنیم.

فرایندهای اصلی ACT

هدف نهایی درمان پذیرش و تعهد انعطاف‌پذیری روانی می‌باشد که به طور معمول بعد از اجرای فرایندها به دست می‌آید.

نمایمیدی خلاق شامل بررسی و بر جستگی ناکارآمدی تلاش‌هایی است فرد در گذشته برای حل مشکل استفاده کرده است. ACT فرصتی را برای افراد ایجاد می‌کند که مطابق آنچه برای آن‌ها واقع‌مهم است عمل کنند.

پذیرش تجربه یک هیجان می‌تواند به عنوان فرایند یادگیری پذیرش طیف وسیعی از احساسات و عواطف آدمی باشد.

انتخاب ارزش‌های زندگی، آنچه را که واقعاً مهم است تعریف می‌کند و روش می‌سازد که یک شخص چگونه می‌خواهد زندگی کند.

معتهد شدن به انجام رفتارهایی که شخص را در مسیر ارزش‌هایش به حرکت درمی‌آورد.

این فرایندها به هم پیوسته بوده و با یکدیگر در ارتباط هستند. همه فرایندهای معرفی شده از طریق تجربه مستقیم فرد در طول درمان مشخص می‌شود. انعطاف‌پذیری روانی به سادگی با «توانایی بودن در لحظه حال، گشودگی و انجام دادن آنچه مهم است» تعریف می‌شود.

توجه آگاهی و ACT

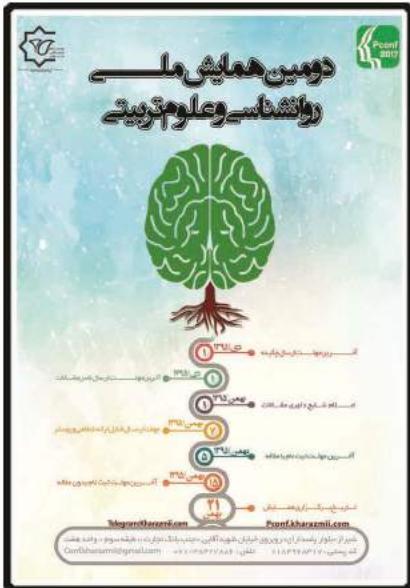
توجه آگاهی توصیف کننده مفهوم تماس با لحظه حال به جای شناور شدن در حالت خلبان خودکار است. توجه آگاهی اجازه می‌دهد که شخص با خود مشاهده گردد (قسمتی که آگاه است اما از افکار مجزا می‌باشد) ارتباط برقرار کند. تکنیک‌های توجه آگاهی به افراد کمک می‌کند آگاهی‌شان نسبت به حواس پنج‌گانه و همچنین افکار و هیجانات‌شان بالا بروند.

توجه آگاهی توانایی افراد را برای جدا شدن از افکارشان بالا می‌برد. درگیری با احساسات دردناک، امیال و موقعیت‌ها در ابتدای کاهش و درنهایت آن‌ها پذیرفته می‌شوند. توانایی افراد برای پذیرش تجارب درونی و بیرونی که اتفاق می‌افتد به جای درگیری و اجتناب از آن‌ها بالا می‌رود. اگر شخصی فکر می‌کند که «شخص وحشتناکی است»، در عوض شخص باید بگوید که «فکری دارم که من شخص وحشتناکی هستم». نتیجه این کار جدا شدن شخص از فکرش می‌باشد که موجب کاهش بار منفی آن می‌شود. وقتی که فرد تجربه هیجان‌های دردناکی چون اضطراب دارد، باید فضایی برای احساس اضطراب ایجاد کنند و به جای تلاش برای تشدید و یا کاهش آن اجازه دهند که این احساس در آنجا باقی بماند.

ارزش‌های روشن و ACT

ارزش‌ها به افراد کمک می‌کند تا مشخص کنند که چه چیزی واقعاً مهم است، به بیان دیگر ارزش‌ها آن‌ها را راهنمایی می‌کنند تا رفتار مؤثری انجام دهند. حرفة سلامت روان به طور کلی به افراد کمک می‌کند تا ارزش‌های انتخاب شده خود را بشناسند. ارزش‌ها اغلب به صورت قطب نمایی برای انجام رفتاری مؤثر عمل می‌کنند. ACT به افراد کمک می‌کند به طور همزمان با ارزش‌هایشان به طور غنی زندگی کنند.

منبع: goodtherapy.org



۲ دومین همایش ملی روانشناسی و علوم تربیتی

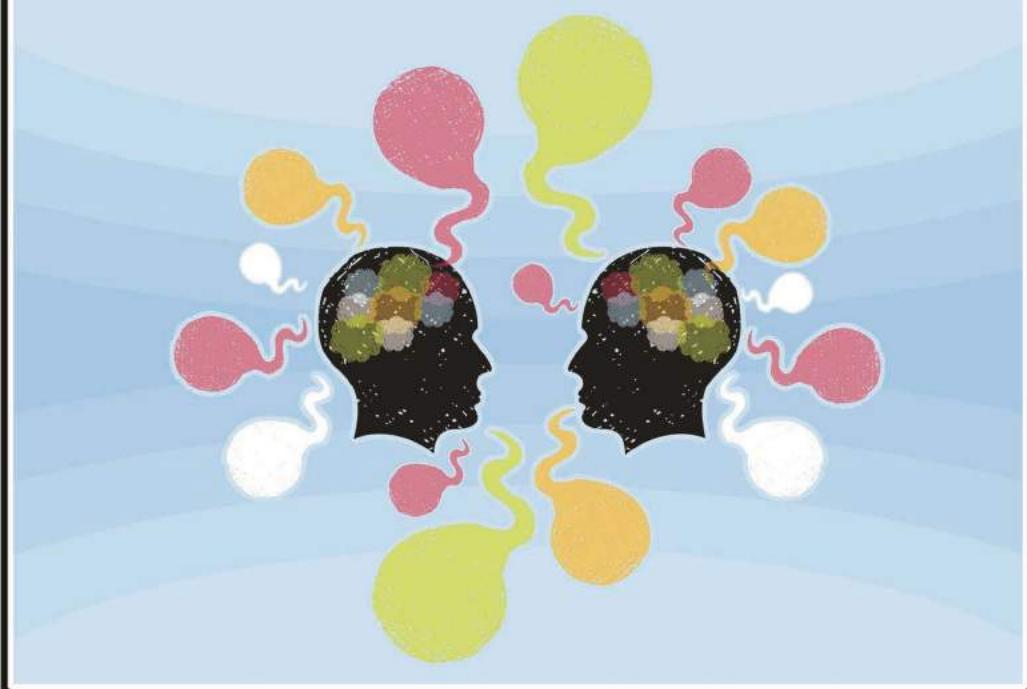
دومین همایش ملی روانشناسی و علوم تربیتی در تاریخ ۲۱ بهمن ماه ۱۳۹۵ در شهر شیراز برگزار می‌گردد.

محورهای این همایش عبارت‌اند از:

روانشناسی بالینی
روانشناسی عمومی
روانشناسی تربیتی
روانشناسی شخصیت
خانواده‌درمانی

روانشناسی صنعتی و سازمانی
روانشناسی بالینی کودک و نوجوان
سنگش و اندازه‌گیری (روان‌سنگی)
روانشناسی سلامت
و...

علقه‌مندان برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت <http://pconf.kharazmii.com/fa> مراجعه نمایند.



مسئولیت در ساختن... توانایی در پذیرفتن،

درمان آدلری راهی برای اجرای فلسفه اگزیستانسیال

با مفهوم منطق شخصی او دارد به طوری که هر دو در خدمت یکدیگرند.

منطق خصوصی از منظر آدلر یک نقشه‌ی خصوصی است که فرد بدان وسیله راه خود را در زندگی پیدا می‌کند. این مفهوم در درجه اول به اهداف و نیات و انگیزه‌ی فرد وابسته بوده و با آن سازگار می‌شود. بهبیان دیگر برای شیوه‌ی احساس، تفکر، رفتار و یا انتخاب یک هدف در زندگی دلایل ناهمشواری وجود دارد که تفسیر واقعیت هر فرد را به طور محسوسی از سایرین متمازیز می‌کند.

تلاش برای اینکه منطق خصوصی هر فردی چیست؛ زیر ذره‌بین گرفتن همان نیروی پویا و معنای مشترکی است که در پس هر اراده و کوشش هدفمند آدمی برای موفقیت و رسیدن به برتری وجود دارد. به گفته‌ی آدلر با زیر نظر گرفتن اهداف و گام‌هایی که در جهت رسیدن به آن‌ها برداشته‌ایم می‌توان کشف کرد که تابه‌حال از چه نوع عینکی برای معنا دادن به تجربیاتمان استفاده کرده‌ایم. انگیزه‌ی پروراندن هدف در گرو ایجاد معناست و آدلر تلاش برای معناجویی و تکامل را یک هدف غایی می‌داند. هدفی که عیارت است از بهترین خود شدن نه بهترین در بین همگان و دقیقاً در همین جاست که منطق خصوصی هر فردی او را از دیگری متمازیز می‌سازد زیرا که تووانایی و مسئولیت شخصی هر فردی در خدمت یک وظیفه مشترک است.

رنج همان‌طور که عنصری مهم در فلسفه و رویکرد اگزیستانسیال است، همان واژه‌ی است که آدلر مفهوم «من خلاق» نظریه خویش را بر اساس آن بنانهاده است. رنجی تراویده شده از روزگار که بینش بر زندگی، معنای جدیدی را می‌پروراند.

دلارام جمعیان

کارشناسی ارشد روانشناسی بالینی

به داستان‌های تکراری زندگی تان چه قدر توجه کرده‌اید؟ آن چیزی که همیشه مایه‌ی حیاتتان بوده، آیا همانی نیست که اگر نباشد اولین عنصری است که شما را به وادی پوچی روزگار تان سوق می‌دهد؟ حال اگر بخواهیم برعکس به این قضیه نگاه کنیم، چه طور؟ آیا آن کسی هستید که فقدان عنصر حیاتی روزگارش نقشی را بر دوش‌های او می‌گذارد تا با بینش از آنکه کیست خود را به عنوان انسانی مستول بر آن دارد که از دل رنج خود معناپروری نماید به جای اینکه رنج خود را به درد تبدیل کند. تک‌تک پلان‌های زندگی در گرو یک دریچه‌ی دید، یک باور، یک معنا و یا بهتر بگوییم در گرو یک منطق شخصی است که ما تجربیات دنیایمان را با آن قاب دهی می‌کنیم. این منطق شخصی پایه و شالوده‌ی نحوه‌ی دست و پنجه نرم کردن ما با روزگارمان را شکل می‌دهد.

اگر کمی با دقت بیشتر، تجربیات حوزه‌های روزمره‌ی زندگی‌مان (روابط بین فردی، رابطه‌ی عاطفی، محیط کسب‌وکار و شغلمان، تحصیل و یا حتی معاشرت خودمان) را رصد کنیم به یک داستان تکراری که در ظاهر، لباس هایی متعددی به تن می‌کند، برمی‌خوریم که یک نقطه‌ی مشترک در محتوای تمام آن‌ها خودنمایی می‌کند. این نقطه‌ی مشترک همان منطق خصوصی ماست که در شیوه و سبک چگونه زیستن ما جاری و ساری است. منطق خصوصی ما نشانگر سبک چگونه زیستن ماست. آدلر این مفهوم را از راه دنبال کردن معنا در زندگی خلق کرده و بیان می‌دارد سبک زندگی هر فرد نحوه‌ی تفسیر او از تجربیات زندگی، مجموعه‌ی انگاره‌های او و اهداف هوشیار و ناهمشوار است و دستان این مفهوم گره تودرتوبی

آدلر بیان می کند که افراد فقط محصول جریانات زندگی خود نیستند (همانند رفتار گرایان که رفتار را نتیجه محرك و یا همان طور که در روانکاوی کلاسیک گفته می شود رفتار به عنوان نتیجه تجارب آسیب زننده دوران کودکی است) بلکه افراد پدیدآورندگان خود و جریانات زندگی خود هستند و در اینجاست که اراده و معنای مشترک در دل من خلاق هر فرد در خدمت هدف و وظیفه مشترک هر آدمی قرار می گیرد. این نیروی خلاق در کل شخصیت فرد فعل است؛ درنتیجه فرد به عنوان یک کل رفتار می کند نه یک کل مشکل از چند جزء و همین مسئله ذهن آدلر را به گونه ای بارور کرد که اسم روان درمانی خود را روان شناسی فردی نام نهد.

می توان برای فهم و بر جسته کردن نقطه مشترک روان درمانی فردی آدلر با معنادرمانی به جمله ای از ویکتور فرانکل اشاره کرد: انسان فهمی دارد از آنکه کیست و مستولیتی دارد برای آنکه هست. آدمی تماشاگر هستی نیست بلکه بازیگری در متن مجموعه حیات نیز هست. همچنین او اذاعان می دارد رنج بهترین جلوه گاه ارزش وجودی انسان است. یکی از اصولی ترین ستون های معنا درمانی این است که انگیزه و هدف زندگی گریز از رنج و صرف لذت بردن نیست، بلکه معنای جویی زندگی است. به همین دلیل انسان ها رنجی را که معنا و هدف داشته باشد با میل تحمل می کنند تا به هدف غایی خود که از منظر آدلر بخش اصلی شخصیت است و همان طور که وی بیان می دارد به نهایت خود بودنشان و بینش بر دیدگاهی که به تجربیاتشان طعم می دهد، برسند. نقطه مشترک هر دو نظریه توانایی در پذیرش فرودهای زندگی و نگاه مسئولانه در ساختن است که بر آن تأکید می کنند.

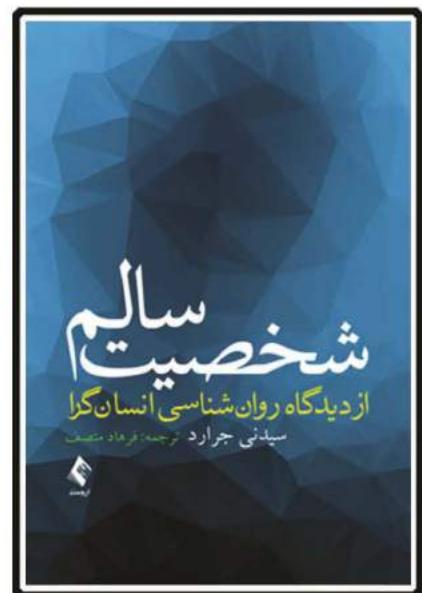
اگر بگوییم آدلر روش کننده فانوس روان شناسی تغییر و روان شناسی معنا بوده است، به بی راهه نرفته ایم. آدلر به طور مستقیم و عمیق در جهت پیدایش معنا در تجارب و کشف پاشنه آشیل مراجغان در داستان های تکراری شان، می خواهد به جسارت آغازگری فعالیت جدیدی که تابه حال آن را اجرا نکرده اند برسند و با بینش بر منطق خصوصی تابه اکنونشان و سپس تغییر و در سایه ای پروازندن یک معنای جدید که گاه از دل رنج بیرون می آید دست به ایجاد سبک زندگی جدیدی بزنند. یکی از فن های روان درمانی فردی آدلر با عنوان «انگار که...» شاهدی بر تائید این مدعای است. به گونه ای که مراجع گزینه های تازه ای برای سبک زندگی خود انتخاب می کند و سبک زندگی تاریک قبلی جای خود را برای ایجاد یک معنا و منطق خصوصی کارساز به سبک زندگی سازنده جدیدی می دهد.

زندگی کردن مستلزم آن است که بدانی چگونه باید بمانی و به قول «آبه گالیانی»، فیلسوف ایتالیایی، آن قدر که زیستن را رنج ها و کسب معنا مهم است، شفا دادن مهم نیست. می توان گفت پروتکل روان درمانی فردی آدلر مسیر روشی برای اجرای این ایده است. ایده های که با آغازگری اجرایی آدلر در این وادی، جرقه ای تشکیل پروتکل معنا درمانی را به طور اخص و به عنوان مکتبی مجزا در ذهن پیشگامان این طریقه روش نمود.

منابع:

- 1-Gina Stepp(۲۰۱۱)."A psychology of change".philosophy and idea
- 2-Henry Stein(۲۰۰۸)."Adler's Legacy:Past,present and future" In journal of individual psychology
3. روان درمانی آدلری. ابرست، استورت. ترجمه قادری و دزگام (۱۳۸۹). نشر ارجمند

معرفکتابی



”شخصیت سالم از دیدگاه روان شناسی انسان گرا“

تألیف: راس هریس

ترجمه: دکتر مریم فاتحی زاده، شیرین عظیمی فر

انتشارات: دانزه

تا اوسط قرن بیست و قبل از پیدایش دو رویکرد مثبت به روان شناسی، یعنی جنبش روان شناسی انسان گرایی و جنبش روان شناسی مثبت نگر، روان شناسی کمتر بر جنبه های مثبت رفتار و بیشتر بر جنبه های منفی رفتار تأکید داشت و از پرداختن به ظرفیت ها و توانایی های موجود انسانی برای رشد و بالندگی دور مانده بود. سیدنی جرارد، روان شناسان انسان گرای آمریکایی، در این کتاب چکیده دیدگاه های مکتب روان شناسی انسان گرایی را پر امون ابعاد وجودی انسان، با زبانی شیوا بیان کرده است. در این کتاب می خوانیم شخصیت سالم شیوه ای از بودن است که فرد تحت هدایت هوش، عقل و میل به زندگی به گونه ای رفتار و عمل می کند که موجب ارضاء نیازها، افزایش رشد، آگاهی، ظرفیت های انسانی و نیز توانایی عشق ورزیدن می شود.



روانشناسی و پدیدارشناسی

چارچوب داوری درونی هر انسانی،

مناسب‌ترین زاویه‌ی دید برای فهم و درک رفتار اوست.
(راجرز)

اردوان نیک آئین
کارشناس روانشناسی عمومی

توجه به موضوع تجارب فرد در زندگی به عنوان یک اصل به فیلسوفان اروپایی مانند کانت، هوسرل، هایدگر، هگل و برنتانو و چندی دیگر بازمی‌گردد. در مورد چیستی پدیدارشناسی دو نظر عمده وجود دارد که اولی به عنوان یک متاد (روش) توسط کانت مطرح شده است و دومی صحبت از پدیدارشناسی به عنوان یک جنبش است که هوسرل پایه‌گذار آن است. کانت در انقلاب کوپرنیکی خود، با تمرکز بر «صورت‌های پیشینی» اعلام داشت که واقعیات بسته به تجربه‌های انسانی ممکن است متغیر باشند یا به زبان ساده‌تر واقعیت می‌تواند غیرازآن چیزی باشد که هست (اسکالامبرینو، بی‌تا)؛ بنابراین تجربه‌ی انسان یا همانا دید اول شخص نسبت به تجارب زندگی تبیین کننده‌ی واقعیت است.

هوسرل پدیدارشناسی را به عنوان یک مکتب به جهان فلسفه معرفی می کند اما خود وی نیز نظریات خود را متأثر از استادش فرانس برنانو (۱۹۱۷-۱۸۳۸) بیان کرده است. کوشش برنتانو برای توضیح روانشناسی به عنوان روانشناسی توصیفی در مقابل دیدگاه روانشناسی علمی و وont قرار می گیرد و در ادامه‌ی چنین دیدگاهی هوسرل کلید شناخت انسان را در زمینه‌ی ادراک و تقابل فرد با کل هستی و از جمله خودش معرفی می کند و بنابراین بررسی نیت (دیدگاه فرد) را مقدم بر بررسی نیروها و عوامل محرك بیرونی می داند.

هایدگر در دیدگاه فلسفی خود از انسان به عنوان دایزاین نام

بسیار پیش آمده است که یک زوج به دلیل عدم برداشت های مشترک نسبت به واقعی زندگی شان دچار اختلافات شدید شوند. این موارد در بین انسان های گوناگون و در حوزه های مختلف پیش می آید. از روابط افراد خانواده گرفته تا زمین مسابقه هی فوتیبال که ممکن است برداشت داور، مریب و بازیکنان هر یک با دیگری متفاوت باشد. به این گونه است که تعریف هر یک از انسان ها به تعبیر متفاوتی از واقعیت منجر می شود. رویکرد پدیدار شناختی بر همین اساس (به طور خاص در حوزه روانشناسی) سعی می کند به هسته و چگونگی ارزان مرموق تراوید. نتیج کمک کند.

از آنچایی که نوع دیدگاه انسان‌ها با یکدیگر متفاوت است، نمی‌توان برای تبیین حقیقت یک اتفاق، برداشتی همگانی در نظر گرفت چراکه هر فرد بسته به نحوی استدلال خود، تجارت گذشته و نوع تفکرش برداشتی متفاوت از یک اتفاق خواهد داشت و با اینکه شاید بتوان مشترکاتی بین انسان‌ها پیدا کرد اما بازهم برداشت هر فرد به طور کامل با دیگران یکی نخواهد بود. در اینجا فلاسفه برای پاسخ به چرایی این برداشت‌های متفاوت از تعریف میدان پدیداری استفاده می‌کنند. میدان پدیداری تمام آن چیزهایی است که یک نفر در هر لحظه‌ی معین تجربه می‌کند. این تجربه به سه مؤلفه وابسته است: لحظه‌ی حال، فشارهای محرك‌هایی که وجود دارند و ما متوجهشان نمی‌شویم و تجارت گذشته‌ی فرد. کودک انسان از مراحل اولیه‌ی رشد در حال افزایش این میدان پدیداری است و حتی دوران خودمحوری کودک با تشکیل «خود» دلالتی است بر این موضوع.

در این دیدگاه، «ناخودآگاه» که راهنمای فعالیت‌های روزانه‌ی بشر است و فروید به آن اشاره می‌کند رد می‌شود. چراکه علت اصلی انجام امور پرسش فرد است در این رابطه که جایگاهش در جهان چگونه است و چگونه ناگاهانه با گسترش منابع هستی خود معنای خود را گسترش دهد و با دیگران ارتباط برقرار کند. به عنوان مثال اگر یک روانکار، خانمی که دچار اختلال آنوروکسیا شده است را تحت بررسی قرار دهد ممکن است این مشکل را یک کمپلکس دوران کودکی ناشی از تنبیهات مادر دریافت کند در حالی که روانشناسی با رویکرد پیدارسانختری اختلال وی را یک استراتژی ناقص بداند که بیمار برای مقابله با جهان ابداع کرده است. او طبق غریزه‌ی اصلی اش در برخورد با عوامل و موانعی که وی را مقيد و مجبور کرده‌اند (مانند فرهنگ) به درستی سعی کرده است تا خود را با دنیايش هم‌تاز کند اما تنها معنای اشتباхи برای بیان این هم‌تازی انتخاب کرده است و این معنای اشتباхи به آنوروکسیا منجر شده است.

طبیعتاً این دیدگاه با رفتار گرایی نیز نسبتی نخواهد داشت چراکه معتقد است آنچه بیمار انجام می‌دهد مطابق است با ساختار موجودیت مراجع در جهان در حالی که رفتار گرایان به ساختار ذهنی اعتقادی نداشته و یا آن را تأمیر بوط به رفتار می‌دانسته‌اند.

چنین دیدگاهی این رویکرد را بیش از پیش به رویکرد انسان‌گرایی نزدیک می‌کند. روانشناسی پدیدار شناختی دلالت معنی داری بر مفهوم «خود» در دیدگاه غرب دارد چراکه انسان با گسترش معنی خود در هستی و افزایش میدان پدیداری خود بیش از پیش اسباب خودشکوفایی خویش را فاهم می‌آید.

از طرف دیگر یکی از پایه‌های مهم گشتالت نیز بر اساس پدیدارشناسی بنانهاده شده است. اهمیت تجربه، میدان پدیداری و لحظه‌ی حال از عوامل مهمی است که در درمان گشتالتی به آن اشاره می‌شود. در درمان گشتالتی مراجع بیش از پیش متوجه حضور خود در این لحظه خواهد بود و تلاش می‌شود که وی به تحلیل و بیان نوع نگاه خود نسبت به پدیده‌ها بپردازد. همگی این موارد نتیجه‌ی بزرگی را به بار خواهد آورد و این نتیجه همانا همدلی درمانگر و درمان جو خواهد بود چراکه درمان جو با بسط دنیای خود به درمانگر برای بهتر فهمیده شدن کمک خواهد کرد و درمانگر می‌تواند از نسبت به درمان جو اثابی ایجاد کند.

رویه‌های دید درمان جو به مسائل پیرارزد.
از نقطه‌نظر درمانی روانشناسی پدیدارشناختی به درجاتی از بینش فرد نیز می‌پردازد که در این حالت به شناخت درمانی نزدیک می‌شود (البته از زاویه‌ی دیدی دیگر). در اختلالاتی مانند افسردگی و یا اختلال دوقطبی می‌تواند به درمان داروس کمک کنند.

پدیدارشناسی فلسفی کمک شایانی به روانشناسی برای فهم درست
دنیای انسان کرده است. با افزایش بسترهاش شناخت انسان از خود شاید
انسانها به فهم بیشتری از یکدیگر برسند و این موضوع به همدلی بیشتر
بنی کمک کنند.

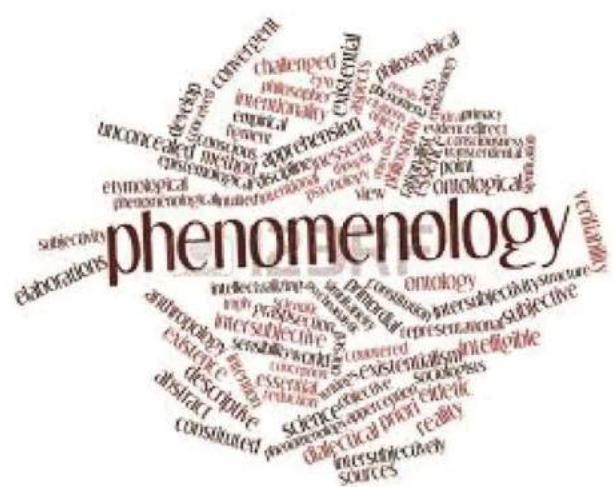
منابع:

According to Stanford Encyclopedia of Philosophy. (First published Sun Nov 16, 2003; substantive revision Mon Dec 16, 2003). Phenomenology. Retrieved from: <https://plato.stanford.edu/entries/phenomenology/#4>

Kronemyer, D. (2008). What is Phenomenological Psychology. Retrieved from: <http://phenomenologicalpsychology.com/2008/02/what-is-phenomenological-psychology>

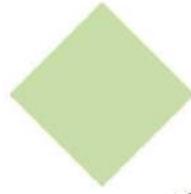
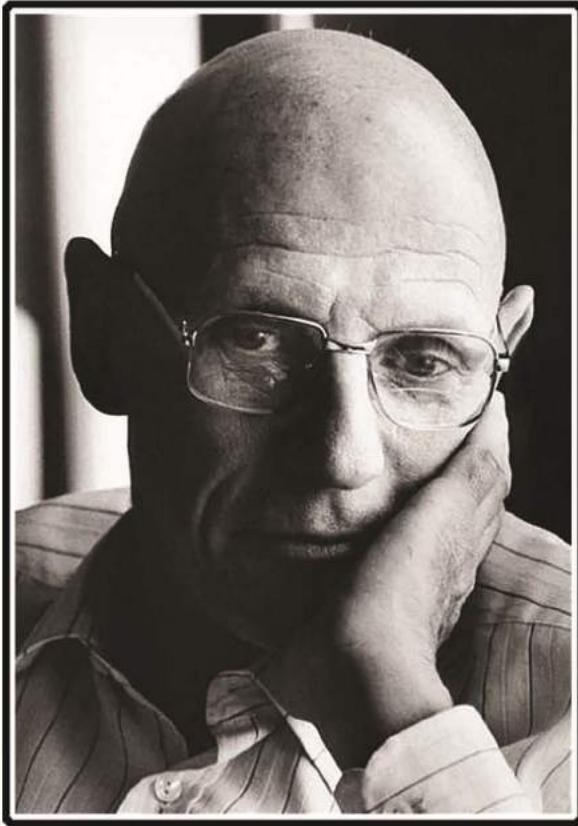
Scalambrino, F. Phenomenological Psychology. According to Internet Encyclopedia of Philosophy. ISSN 2161-002X. Retrieved from: <http://www.iep.utm.edu/phen-psv>

می برد و تلاش اصلی را معنای بودن در این هستی می خواند. وی در مورد پدیدارشناسی چنین بیان می کند که تا زمانی که پدیدارشناسی به عنوان روشی برای فهم «بودن» استفاده شود، از دیدگاه فلسفی به آن نگاه شده است و زمانی که به عنوان روشی برای فهم بودن به عنوان یک وجود انسانی استفاده شود، از جانب روان شناسانه یا مردم شناسانه به آن نگریسته شده (کروننبرگ، ۲۰۰۸). در برخورد با دایزاین به نظر هایدگر، روانشناسی اونتیک (با توجه به فلسفه های دیدگر قابل مشاهده واقعی) و فلسفه پدیدارشناسی توصیفی، انتولوژیکال (هستی شناسانه و به گونه ای متافیزیکی) خواهد بود. اونتیک مربوط به حقایق دنیای انسانی و انتولوژیکال مربوط به شرایط امکان وجود در هستی است که این بودن ممکن است بر اساس شرایط فرهنگی و تاریخی توصیف شود.



روانشناسی پدیدارشناختی به عنوان یک شاخه از روانشناسی علاوه اش را معطوف می کند به اینکه چه چیز در تجربه انسانی لازم و همگانی است. چنین تعریفی نیز مخالف دستیابی و ثبت تجربه و تعمیم آن به همه انسان هاست و از این روست که تجارت شخصی اهمیت ویژه ای دارند. دارن لنگبریج در کتاب خود با نام روانشناسی پدیدارشناختی (۲۰۰۷) می گوید: «وقتی از پدیدارشناختی فلسفی در روانشناسی استفاده می کنیم، هدفمان تمرکز بر ادراک انسان ها از جهانی است که در آن زندگی می کنند و اینکه این جهان برای آن ها به چه معناست.» او معتقد است پیشرفت های پدیدارشناختی با روش های تحقیقی روانشناسی ارتباط نزدیک دارند (اسکالامبرینو، بی تا). او روانشناسی پدیدارشناختی را مربوط به رویکرد توصیفی فلسفه می داند، اگزیستانسیالیسم را مربوط به رویکرد تفسیری فلسفه و هرمنوتیک (ایین تفسیر کتب مقدس) را مربوط به رویکرد داستانی فلسفه.

درک، تحلیل و شرح آگاهی انسان به شناخت طبیعت و ماهیت وجود منحصر به فرد انسان در جهان منجر می‌شود و این همان چیزی است که روانشناسی پدیدار شناختی می‌نامیم. فهم اینکه در جهان مراجع ابیمار چه می‌گذرد و ساختن پلهایی بین او و جهان قراردادی که فرهنگ مقرر کرده است (دانش نامه استنفورد، ۲۰۰۳)، درک به معنای فهم درونی تجارت، تحلیل به معنای یافتن اجزا و ارتباط بین آن‌ها و شرح به معنای بیان آن آن‌گونه که دیگران نیز آن را درک کنند.



فوکو و تاریخ جنون

پوریا گلشنی
کارشناس فلسفه غرب

مفهوم گفتمان خود کار بسیار دشواری است، اما تا جایی در پیشبرده بحث ما مؤثر است، گفتمان‌ها را می‌توان فضایی دانست که همه‌ی اندیشه‌های ارزش‌گذارانه در آن‌ها و برمنای بنیان‌های آن‌ها شکل می‌گیرند. منظور از اندیشه‌های ارزش‌گذارانه بیشتر تلاشی است در این جهت که اندیشه‌های از نظر او مطلقاً حیث ارزش گزاری دارند.

کار فوکو درواقع بیش کشیدن این پرسش اساسی است که اصولاً چرا باید دیوانگان را محیطی زندان گون محبوس کرد؟ چه زمانی به چنین کاری تضمیم گرفته شد؟ درواقع چه مؤلفه‌هایی معنای جنون را صورت‌بندی کرند و بر چه مبنای عقلانیت بر جنون ارجحیت یافتد. همچنین اینکه در دوره‌های مختلف تاریخی جنون و دیوانگی چه معانی مختلفی داشته است و بدین ترتیب در گفتمان‌های متمایز چگونه تعریف می‌شده. آیا محبوس کردن مجانین نشانگر باز سلطه‌ی یک گفتمان بر گفتمانی دیگر نیست؟ آیا تفاوت مجانین با ما صرفاً در این نیست که تعداد ما بیشتر است؟ فوکو تاریخ جنون را با جمله‌ای از داستایوسکی در دفتر خاطرات یک نویسنده آغاز می‌کند: «برای آنکه از عقل سالم خود مطمئن شویم، راه چاره آن نیست که همسایه‌مان را محبوس کنیم.» درواقع می‌توان گفت کل اندیشه‌ی فوکو درباره‌ی جنون حول همین مسئله‌ی ساده می‌گردد، اینکه چه معانی ای در پس جنون و تعقل نهفته‌اند و چه مناسباتی به این واژه‌ها معنا می‌دهند، در واقع نخستین مسئله برای فوکو یک مسئله‌ی بنیادین فلسفی است که سابقه‌ای طولانی دارد: اینکه اساساً مفاهیم چگونه شکل می‌گیرند؟

روانکاوی در اندیشه‌های فوکو اهمیت بسیاری دارد. با این حال او فلسفی اش قرار می‌دهد، کار او در حوزه‌ی فلسفه‌ی روانکاوی هم قابل تقلیل نیست، از این‌رو که فلسفه‌ی روانکاوی دستمایه‌ای است برای طرح و بسط نظام فلسفی اش -البته باید گفت او فیلسوفی نظام گریز است. از این جهات طرح اندیشه‌های فوکو مستلزم تعمق بسیار است. او در کتاب مشهورش با عنوان «تاریخ جنون» به پژوهشی بسیار جدی -از این حیث که اهمیتی تاریخی یافت- حول تاریخ جنون می‌پردازد. این پژوهش به نحوی تنها در راستای خط فکری او و کار فلسفی اش قابل درک است. در این جستار تلاش شده تا شرحی اجمالی ولی مرکز محور به رویکرد فوکو به تاریخ «مفهوم جنون» به دست داده شود.

مسئله‌ی بنیادینی که فوکو را به سمت روانکاوی و بررسی‌های این چنینی سوق می‌دهد، حیث گفتمانی آن‌ها است که به لحاظ تاریخی از اهمیت فوق العاده‌ای برخوردار است. هسته‌ی اصلی اندیشه‌ی فوکو درباره‌ی تاریخ جنون و تأسیس مکان‌هایی برای محافظت از مجانین، از همین ایده‌ی اولیه‌ی نقش گفتمان در فرآیندهای تاریخی شکل می‌گیرد. بحث حول

پاسخ فوکو تشریح کارکرد گفتمان است که گرایش مشخصی به سوی قدرت دارد. از نظر فوکو این رانه‌ی قدرت - در اینجا او بسیار به اندیشه‌های نیچه در اراده‌ی معطوف به قدرت نزدیک می‌شود - است که با سازماندهی مناسبات اجتماعی و تاریخی، مفاهیم را صورت بنده می‌کند. مثل اینکه جنون دقیقاً در ادوار مختلف چه معنایی داشته و با روی کار آمدن چه گفتمانی تبدیل به یک معضل جدی می‌شود. بخش اعظم تاریخ جنون به بحث حول چگونگی شکل‌گیری مکان‌هایی برای نگهداری دیوانگان اختصاص داده شده است.

نکته‌ی قابل توجه اینکه این سازمان‌بایی دقیقاً در قرن هجدهم، یعنی قرن روش‌نگری صورت می‌پذیرد نقطه‌ای از تاریخ که گفتمان عقلانیت محور بر عصر روش‌نگری حاکم است؛ بنابراین مفاهیم در گفتمان‌ها و درواقع در دل مناسبات و جواب‌گوئگون تاریخی است که معنا پیدا می‌کنند و این معنابخشی وجهی ارزش‌گذارانه و تعین بخش دارد که خود بر اساس همان تمایل معطوف به قدرت شکل گرفته است؛ شکلی از سلطه که گفتمان‌ها آن را بر می‌سازند. محوری که فوکو از برای توصیف جواب‌گذاری‌ها گرایشی معطوف به قدرت دارند. در این مورد، یعنی در رابطه با تاریخ و همین مناسبات لازم دانست قرن روش‌نگری، جنون را که می‌توانیم آن را بخودی خود نحوی دیگری از زیست انسان تلقی کنیم - حداقال اگر نخواهیم آن را نحوی دیگری از تفکر بدانیم، آنچنان‌چه مثلاً در آثار مارکی دوساد بروز پیدا می‌کند، طرد می‌شود.

از طرف دیگر رویکرد فوکو به تاریخ مفاهیم را اساساً می‌توان رویکردی ساختارگرا دانست: فوکو در دیرینه‌شناسی دانش که می‌توان آن را مهمترین اثر فلسفی‌اش دانست می‌نویسد: «تاریخ یک مفهوم تاریخ طریف شدن تدریجی آن، عقلانیت پیوسته فراینده‌ی آن و درجه‌ی انتزاع آن نیست، بلکه تاریخ حوزه‌های گوناگون بر ساخته شدن و اعتبار آن است، تاریخ قواعد متواالی کاربرد آن و تاریخ محیط‌های نظری بس گانه است که تدوین این مفهوم در آن‌ها دنبال می‌شود.» و همچنین در جای دیگر می‌نویسد: «توصیف سنت‌ها و توصیف پیوستگی‌های فرهنگی در مورد آن‌ها مناسب نیست، بلکه جا دارد که انسجام‌های درونی، آکسیوم‌ها، زنجیره‌های استنتاجی و سازگاری‌های آن توصیف شوند.» این شکل از اندیشه است که فوکو را در جله‌ی فیلسوفان پسا مدرنیست قرار می‌دهد.

اهمیت مناسبات و ساختار اندیشه‌ها، از مؤلفه‌های مهمی است که فلسفه‌ی معاصر را وارد عرصه‌ی تازه‌ای کرد. طوری که این بار پرداخت به تاریخ مفاهیم نه صرفاً بررسی تکاملی و محتوایی آن‌ها بلکه در نظر آوردن آن‌ها در فضاهای و مناسباتی است که همه‌ی اینگاهه را متعین ساختند. از این‌رو درک دقیق اندیشه‌های فوکو نیازمند درک درستی از فلسفه‌های معاصر است. در اینجاست که فوکو به مناسبات اخلاقی و ارزش‌مدارانه دانش پژوهشی می‌پردازد. اینکه پژوهش یا روانکاو صرفاً برای بیمارش دارو تجویز نمی‌کند، بلکه درواقع این پژوهش است که ریاست تیمارستان را در دست دارد. تیمارستان به عنوان یک نهاد ظهور می‌کند که دارای یک گفتمان خاص زیر سیطره‌ی مناسبات و قوانین خاصی است که به پژوهش اهمیتی و رای این‌ها می‌دهد. پژوهشی به عنوان یک نهاد معطوف به قدرت وارد عرصه‌ی می‌شود. فوکو فصل‌های آخر تاریخ جنون را به بررسی همین مهم می‌پردازد: اینکه پژوهشکان چه نقش تعیین‌کننده‌ای در صورت بخشی به مفهوم جنون ایفا کرده‌اند.

منبع:

فوکو، میشل، تاریخ جنون، ترجمه‌ی فاطمه ولیانی، نشر هرمس، چاپ چهارم، تهران ۱۳۸۴



نخستین کنگره ملی دانشجویی پژوهش‌های نوین در روانشناسی

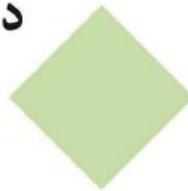
نخستین کنگره ملی دانشجویی پژوهش‌های نوین در روانشناسی شناختی در دوم و سوم اردیبهشت ۹۶ توسط دانشگاه گیلان در رشت برگزار می‌شود.
محورهای همایش عبارت‌اند از:
زبان‌شناسی شناختی
آموزش‌وپرورش شناختی
حافظه و یادگیری
ساماندی مغز
اعتداد
بازویی عصبی شناختی
عصب‌شناسی رفتاری-شناختی
تصویربرداری عصبی
خصوص و عملکردهای شناختی ذهن
عملکردهای اجرایی
...

برای کسب اطلاعات بیشتر به وب‌سایت conf.isc.gov.ir/nrcp95 مراجعه نمایید.



تنظیم هیجان

در طرح‌واره درمانی و رفتاردرمانی دیالکتیکی



«مهارت‌های چه چیز» (مشاهده کردن، توصیف کردن و مشارکت کردن) و «مهارت‌های چگونه» (غیر قضاوتی بودن، خود-ذهن آگاهی و کارآمد عمل کردن) تقسیم می‌شود.

• تنظیم هیجان، آموزش روانی مشروط در یک طیف گسترده از هیجانات ویژه را برای پرورش در گ عمیق هیجانات و تنظیم هیجان فراهم می‌آورد. تنظیم هیجان مهارت‌های حل مسئله، چک کردن واقعیت و اقدام مخالف با تمایلات رفتاری مربوط به هیجانات خاص و همچنین مهارت‌های کاهش آسیب‌پذیری عاطفی را آموزش می‌دهد. این مؤلفه قصد دارد نگاه جدید و تازه ای به بیمار در مورد هیجانات بددهد و اجتناب هیجانی و تجربی را کاهش دهد.

• ارتباط مؤثر، چگونگی به دست آوردن ماهراه اهداف و چگونگی مؤثر عمل کردن با توجه به اهداف، برقراری رابطه و احترام به خود را آموزش می‌دهد. هدف ضمنی، کاهش اجتناب بین فردی است که کلیدی برای تغییر اجتناب تجربی و عاطفی است.

• تحمل آشفتگی، بر آموزش مهارت‌های بقای بحران تمرکز می‌کند. تحمل آشفتگی پذیرش در موقعیت‌هایی که قابل تغییر یا اجتناب نیستند را پرورش می‌دهد. این مؤلفه می‌خواهد راه‌های خود-مخرب اجتناب هیجانی را مانند خودآزاری، سوءصرف مواد یا گیجی و حواس پرتی با برداشتن رفتار پرخطر کاهش دهد.

کبری حسین زاده

دانشجوی کارشناسی ارشد مشاوره

رفتاردرمانی دیالکتیکی (DBT) و طرح‌واره درمانی (ST) هر دو دارای پس‌زمینه شناختی- رفتاری هستند و هدفشان کمک به بیمار برای مقابله با اختلال در تنظیم هیجان است اما تفاوت‌های عمدی ای در اصطلاحات، مدل تبیینی، چگونگی کار کردن با هیجانات و بد تنظیمی هیجانی دارند.

فراگیری مهارت‌ها و مؤلفه‌ها در DBT

تمرکز اصلی DBT، فراگیری تنظیم هیجانات کاربردی است. با پس‌زمینه CBT آن، DBT طیف گسترده‌ای از فن‌های درمان شناختی و رفتاری را برای ایجاد و رشد مهارت در تنظیم هیجان طراحی و استفاده می‌کند.

آموزش مهارت در چهار مؤلفه تعبیه شده:
• ذهن آگاهی، مرکز همه مهارت‌ها در DBT است و به معنی تمرین آگاه بودن و حضور در لحظه کنونی، تجربه هیجانات، افکار و یا احساسات خود بدون قضاوت و بدون واکنش به آن‌ها است. مهارت‌های ذهن آگاهی به

مدل تنظیم هیجان DBT شامل شش زیرسیستم با تأثیر متقابل بر یکدیگر را شامل می‌شود:

- a. عوامل آسیب‌پذیری هیجانی
- b. اتفاقات درونی و بیرونی که به عنوان نشانه‌های هیجانی بکار می‌روند.
- (مانند رویدادهای تلقینی)
- c. ارزیابی و تفسیر نشانه‌ها
- d. زمینه‌های هیجانی پاسخ (شامل پاسخ‌های فیزیولوژیکی، شناختی، تجربی، انگیزه‌های عملی یا کنشی)
- e. کنش‌ها و پاسخ‌های کلامی و غیرکلامی بیانگر
- f. تأثیرات بعدی هیجان اولیه، شامل هیجانات ثانویه و تأثیرات بعدی رفتار مشکل‌آفرین مانند انزوای اجتماعی یا روابط مشکل آفرین با همسالان.

همه مؤلفه‌های DBT (ذهن‌آگاهی، تحمل پریشانی، تنظیم هیجان، روابط مؤثر) برای بهبود درک هیجانات خود و دیگران و یادگیری مهارت‌های تنظیم هیجانات بکار گرفته می‌شود. بیماران به آموزش این مهارت‌ها تشويق می‌شوند. DBT فرض می‌کند که دانش تخصصی در زمینه هیجانات، مهارت‌های بهبودیافته و به کارگیری مهارت‌ها به تنظیم هیجانات بهتر منجر خواهد شد.

چگونه بد تنظیمی هیجانی را مفهوم‌سازی می‌کند؟

در ST مشکلات در تنظیم هیجان عمدهاً به عنوان پیامد تجربیات نامطلوب و ناسازگار اولیه دیده می‌شوند. تجارب منفی در دوران کودکی به ترس از هیجانات و درنتیجه تلاش برای اجتناب از هیجانات و روابط صمیمی منجر می‌شود. طرح‌واره‌های ناکارآمد در مورد خود و روابط با دیگران و همچنین در مورد معنای غالبی هیجانات است (مانند: «هیجانات همیشه آسیب‌زننده‌اند». یا «نشان دادن هیجانات یک ضعف است»). ST فرض می‌کند که وقتی مشکلات زیربنایی بررسی شوند، تنظیم هیجان بهبود می‌یابد؛ بنابراین، تنظیم هیجان به‌طور مستقیم مانند DBT موردنرسی قرار نمی‌گیرد و مدل آشکار هیجانی و بد تنظیمی هیجان مانند DBT وجود ندارد. هرچند، بد تنظیمی هیجانی می‌تواند به وسیله مدل ذهنیت توضیح داده شود.

در ST مهارت‌های تنظیم هیجان با تجربه دل‌بستگی امن و معتبر سازی نیازها و هیجانات از طریق ویژگی‌های خاص رابطه درمانی (به‌ویژه: «باز والدینی حد و مرزدار» و «مواجهه همدلانه») بهبود می‌یابد و بودن در مسیر امنیت هدایت‌شده از طریق فرآیندهای هیجانی با تکنیک‌های تجربی (مانند فرآیند تجربه تروما با تصویرسازی ذهنی)، علاوه بر این، اجتناب تجربی عمدهاً توسط سبک‌های شود، نشان داده شده و تحقیق نیازهای بیمار منجر به چالش کشیده می‌شود، نشان داده شده و تحقیق نیازهای بیمار منجر به تحمل احساسات آزاردهنده می‌شود. ST فرض می‌کند که با استفاده از این راهبردها ترس بیمار از هیجانات کاهش می‌یابد، در حالی که تمایل به غلبه بر اجتناب تجربی افزایش می‌یابد.

به عبارت واضح‌تر، تفاوت اصلی این دو رویکرد این است که DBT مستقیماً بر اکتساب مهارت‌های تنظیم هیجان تمرکز می‌کند، در حالی که ST به‌ندرت بررسی تنظیم هیجانی را به‌طور مستقیم انجام می‌دهد.

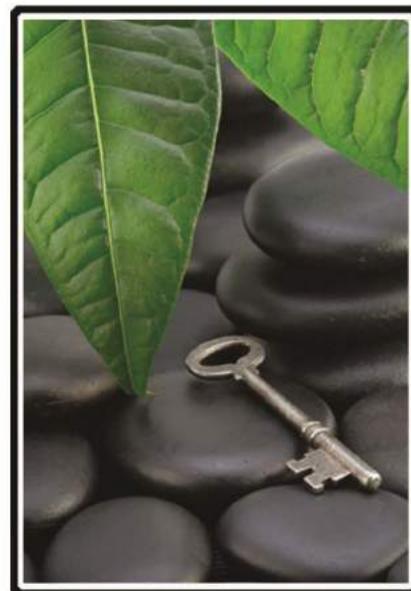
منبع:

Fassbinder, E. Schweiger, U. Martius, D. Brand-de Wilde, O. & Arntz, A. (2016). Emotion Regulation in Schema Therapy and Dialectical Behavior Therapy. J. Frontiers in Psychology. From <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5021701>

مفاهیم مرکزی در ST: طرح‌واره‌ها، راهبردهای مقابله‌ای و ذهنیت‌ها

ST بر این عقیده بناسارده است که تجربیات آزارنده و ناکامی در نیازهای اساسی دوران کودکی (مانند امنیت، دوست داشتن، توجه، پذیرش و یا خودمختاری و استقلال) در تعامل با فاکتورهای بیولوژیکی و فرهنگی به ایجاد طرح‌واره‌های ناسازگار منجر می‌شود. طرح‌واره‌ها به عنوان الگوهای سازمان‌یافته پردازش اطلاعات، افکار، هیجانات، خاطرات و توجه‌طلبی تعریف می‌شوند. طرح‌واره‌ها تأثیری بسیار شدید بر دیدگاه افراد به خودشان، روابطشان با دیگران و دنیا دارند.

مفهوم مهم دیگر در ST ذهنیت‌ها (modes) هستند. یک ذهنیت ترکیبی از طرح‌واره‌های فعال و راهبردهای مقابله‌ای است و شرایط و حالت رفتار، شناخت و هیجان جاری را توصیف می‌کند. یک ذهنیت می‌تواند سریعاً تغییر کند، در حالی که یک طرح‌واره سخت و پایدار است (طرح‌واره = خصیصه، ذهنیت = حالت).



چگونه DBT بد تنظیمی هیجانی را مفهوم‌سازی می‌کند؟

در DBT تکوین کمبود مهارت‌های تنظیم هیجان توسط اثر متقابل عوامل بیولوژیکی، یادگیری در زمینه تاریخی و اجتماعی توضیح داده می‌شود (مدل زیست روان اجتماعی). نشانه‌هایی مانند رفتارهای خود آسیب‌رسان، جوع عصبی، سوئمصرف مواد و رفتارهای تکانشی به عنوان راهبردهای مقابله با هیجانات شدید در نظر گرفته می‌شوند؛ بنابراین، از نخستین اهداف DBT آموزش مهارت به بیماران برای تحمل و تنظیم هیجانات شدید است. DBT آموزش روانی و ارزش‌انطباقی هیجانات را فراهم می‌کند. هیجانات به عنوان پاسخ‌های غیررادی، کوتاه، الگو و پیچیده به محرك درونی و بیرونی رسیدگی می‌شود.



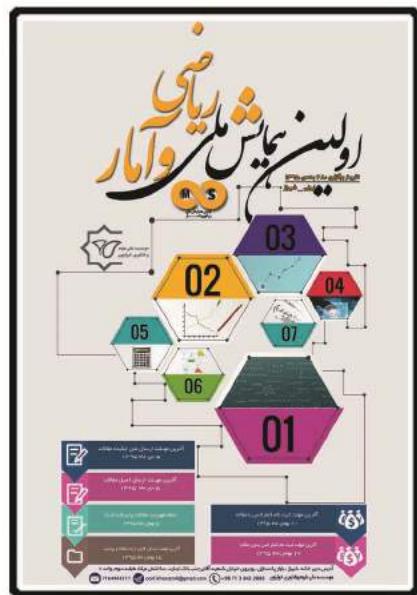
دزدها هم روش تحقیق را به خوبی می دانند!

داریم، پس اجازه دهید اندکی رُك تر صحبت کنم! بسیار ساده انگارانه است که روش تحقیق را تنها در قالب انتخاب نمونه و جامعه، انتخاب روش آزمایشی یا پیمایشی، انتخاب روش تحلیل آماری و ... بدانیم! حقیقت در ذهنی تعجبی دارد که پاکی و آلودگی را آمیخته در خود جای داده است؛ حقیقت در رفتاری تعجبی دارد که شاید هیچ گاه نتوان با نظریه فروید و یونگ و آدلر تطبیقش داد؛ حقیقت در نگاه کودکی تعجبی دارد که تازه از مأمن رحم مادر بیرون آمده و شاید تا ابد نفهمیم که قبل از سخن گفتن، به چه می اندیشیده است... آری، حقیقت ما را احاطه کرده و بر ما مسلط است و ما در تلاشی نابخرانه و محکوم به شکست، به جای آن که دل به نسیم ملایمیش بسپاریم و خود را در مسیرش قرار دهیم، می کوشیم تا باستن چشم و گوش به خود تلقین کنیم که می فهمیم و بر آن اشراف داریم! هنوز هم با هم دوست هستیم! از گفته من ناراحت نشویم...

عادل قیداری
کارشناسی ارشد روان‌سنجی

عنوان این نوشتار گرچه در نگاه اول و با تعریفی که ما از روش تحقیق می دانیم، مضحك به نظر می آید، اما اگر تعاریف پایه و بنیادین رسوبر کرده در ذهن خود را بازبینی کنیم، چندان هم ناحساب نیست! مخزن ذهن را پاک کنید؛ تصور کنید برای نخستین بار است که این عبارت را می خوانید «روش تحقیق». چه معنایی به فکرتان خطور می کند؟ به گمانم شما هم تا حدودی با من هم عقیده هستید که این عبارت که پیشینه ای بیش عمر من و شما دارد، معنای راه شناخت، درک حقیقت و حتی عرفان را به ذهن متبار می کند. اگر در این چند سطر با هم توافق نظر

اندیشمندان بزرگ که فهم و ادراک فراسوی هر پدیده‌ای را رسالت زندگی خود می‌دانند، هیچ گاه در چارچوب‌های خودساخته محصور نمی‌گردند؛ آیا تاکنون در پژوهشی خوانده‌اید که محقق تأثیر یافته‌ای خود را بر جامعه بشری به طور جدی بررسی کرده باشد؟ آیا نتیجه تحقیقی را دیده‌اید که به طور کامل بیان گر حقیقت باشد و در یک وجود منسجم بتوان تجلی آن را دید؟ بسیاری از بزرگان عرصه‌اندیشه بر این باورند که همین نگاه ناتواب باعث هبوط بشر شده است و حتی می‌تواند زمینه ساز سقوط‌ش باشد. آری، پژوهش بود که بمب اتم را به وجود آورد، پژوهش بود که برخی را قادر ساخت تا بر گردد همنوعان خود بنشینند و بتازند، پژوهش بود، آن‌هم از نوع خوبش... می‌پرسید چرا این طور شد؟ پاسخش به عهده شما!



اولین همایش ملی ریاضی و آمار

- اولین همایش ملی ریاضی و آمار توسط موسسه عالی علوم و فناوری خوارزمی با مشارکت و همکاری دانشگاه‌ها، انجمن‌ها و مراکز پژوهشی ریاضی کشور و با حضور ریاضیدانان و استادی برگسته در ۲۸ بهمن ۱۳۹۵ در شهر شیراز برگزار خواهد شد.
 - محورهای همایش عبارت‌اند از:
 - آمار و احتمال
 - آموزش ریاضی و تاریخ ریاضی
 - آنالیز
 - آنالیز عددی
 - ترکیبات، نظریه گراف و رمز
 - تحقیق در عملیات، بهینه‌سازی و نظریه کنترل (واپایش)
 - ریاضیات مالی
 - جبر
 - علوم کامپیوتر
 - معادلات دیفرانسیل و دستگاه‌های دینامیکی
 - منطق ریاضی و منطق فازی
 - نظریه موجک‌ها و قاب‌ها
 - هندسه و توبولوژی
 - کاربرد ریاضی در سایر رشته‌های علوم پایه و فنی و مهندسی
- برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت <http://msconf.kharazmii.com/fa> مراجعه نمایید.



الکسیس کارل در کتاب انسان موجود ناشتاخته به چهار دلیل روش علمی پژوهش را زیر سؤال می‌برد؛ نخست آن که در مطالعات علمی خصوصاً در حوزه علوم رفتاری، ناگزیر از چشم پوشی از بخش عمده‌ای از تفاوت‌های فردی آزمودنی‌ها که تأثیر به سزایی در کنش وری آن‌ها دارد هستیم. دیگر آن که در بسیاری از پژوهش‌ها، کلیت وجود آدمی در نظر گرفته نمی‌شود؛ بلکه نمونه‌ای غیر معرف و منقطع از رفتار، ذهن، شخصیت و یا جسم انسان جهت مطالعه انتخاب می‌گردد. دلیل سوم کارل این است که با مرگ یک پژوهش‌گر، عمدتاً سپرده می‌شود. استدلال چهارم نظر به ساختن دیواری حائل از جنس پژوهش و علم بین واقعیت و کلیت انسان از یک سو و افکار عمومی که سعی در شناخت حیاتی جاری و در حال کنش دارند، از سوی دیگر دارد.

همان گونه که پیش‌تر اشاره شد، شیوه این استدلالات جدا از صحت یا عدم صحت آن، بیان گر این است که اگر روش تحقیق را طی طریقی در راه کسب معرفت بدانیم، عمق و گستره آن بسیار فراتر است از آنچه در کتب منبع این گرایش علمی و در ذهن اغلب ما به عنوان معنای پژوهش شکل گرفته است.

آری! یک دزد هم باید به خوبی فرآیندها، حوادث و حقایق را بشناسد تا اول چراغ خانه را بکشد...

مصاحبه با دکتر علیرضا عابدین

در ۴ سال کارشناسی خود فرابیگرند و این در حالی است که کاشتن بذر دانش فلسفه در دید کودکان و دانشجویان، اعضای خانواده و جامعه ما باید در دوران کودکی و نوجوانی در بستر خانواده و جامعه اتفاق بیافتد که چگونه تفکر تحلیلی و استدلال منطقی داشته باشند. این تحول و اتفاق آن طور که باید و شاید در خانواده و جامعه‌ی مان نمی‌افتد. به نظر من اگر درمانگران ما که همان نوجوانان و کودکان چندین سال پیش هستند از دانش فلسفه در رویکرد خود کمتر استفاده می‌کنند، علت این است که شاید در تربیت آن‌ها پروراند دیدگاهی که شامل تفکر تحلیلی و استدلال منطقی باشد، اجرا و پیاده نشده است و به این دو موهبت مسلح نشده‌اند. دانشجوی فلسفه بودن نه تنها به معنای تحقیل کرده‌ی آکادمیک در یک رشته خاص (فلسفه) نیست بلکه یعنی دانشجوی عمیق بودن؛ یعنی هنگامی که به ابزار تفکر تحلیلی و استدلال منطقی مسلح شدن.

در هر رشته‌ای که باشیم به جای سطحی‌نگری باید به چرا و چگونگی ماهیت هر چیزی خردورزی کنیم. فلسفه را باید جدای از یک رشته‌ی آکادمیک بینیم تا ارزش آن را تقلیل ندهیم و هرگاه که آن را ابزاری برای ریشه‌های نگریستن به هر پدیده‌ای بدانیم، همین است که هنر زیستن ماست و اگر بعد خردورزی و روشنگری در هر گام زندگانی‌مان نباشد هرچه بماند فرع است و از اصل و بعد بالذات زندگانی ما به دور!

حتی می‌توانیم ردپای الزام فلسفه را در خبر داغ این روزها مبني بر انتقال روان‌شناسی‌بالینی از وزارت علوم به بهداشت برسی و واکاوی کنیم. در وزارت علوم تابه‌حال بهاندهای توجه به فلسفه را در روان‌شناسی گنجانده است؛ اما این انتقال مسئولیت سنتگینی را بر شانه‌ی وزارت بهداشت مبني بر گنجاندن برناهه آموزش فلسفه در دروس روان‌شناسی می‌گذارد. مقصود ما نادیده انگاشتن مزایای مثبت وزارت بهداشت مبني بر فراهم کردن امکانات دوره‌های کارآموزی و کارورزی نیست اما می‌توان عدم توجه به فلسفه و سایر علوم انسانی را در وزارت بهداشت برای مطالعه‌ی ماهیت یک انسان بیان کرد. این‌چنین است که از نظر یک بالینی گر واجب است برای مطالعه پیشینه تاریخی یک مراجع بهمنظور شناخت ساختار شخصیت وی، سال‌های تحصیل خود را در فضایی که آغشته به عطر

دل آرام جمعیان
کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

۱. آقای دکتر عابدین، به نظر شما روان‌درمانگران به چه میزان احتیاج دارند که به مطالعه فلسفه پردازند؟

در ابتدا یک مقدمه‌ای در مورد ماهیت و موجودیت فلسفه لازم است که بیان کنم و سپس به نقش الزامی آن در چننه‌ی دانش روان‌درمانگران خواهیم پرداخت.

تمام علوم مختلف و دیسیپلین‌هایی مانند مردم‌شناسی، علوم سیاسی، اقتصاد، جامعه‌شناسی و روان‌شناسی زیرمجموعه فلسفه هستند و به این گونه نیست که ما فلسفه را هم طرز هریک از علوم فوق‌الذکر دیگر بدانیم. ماهیت فلسفه مساوی است با عشق به دانستن موشکافانه و از تردید و شک به خرد رسیدن و دوست دار خردورزی بودن و این ویژگی بالذات فلسفه باید در نگاه و دریچه کلی دید انسان به دنیا باشد. حال ممکن است آن مقوله‌ای که می‌خواهیم در موردش مطالعه و کسب اطلاع و تخصص کنیم جامعه باشد، روان انسان باشد و مقوله‌ی موردمطالعه ممکن است متفاوت باشد ولی همگی زیرمجموعه‌ی فلسفه هستند.

عشق به خرد و دانستن در تمام حیطه‌های زندگی جاری و ساری است و مربوط به یک رشته‌ی تحصیلی خاص نیست. فلسفه علم مادر است و من چنین فکر می‌کنم که اشتباہ بزرگی که صورت گرفته است در زمانی که فلسفه از اروپا به شرق آمریکا و سپس به کل آمریکا اشاعه یافت، گویی که از یک منشور نور گذشته و در یک بازی تجزیه گرایی آمریکایی به علوم مختلفی مانند جامعه‌شناسی، علوم سیاسی، روان‌شناسی، مردم و فرهنگ شناسی و ... تقسیم شده است و آن‌ها همگی شاخ و برگ‌های تجزیه‌شده‌ای از یک ریشه هستند. حتی در رویکرد التقاطی رشته خودمان نه تنها باید بر شناخت دیدگاه‌ها و رویکردها و نظریات مختلف اصرار بورزیم، بلکه لازم است از علوم مختلف دیگری برای شناخت تمام‌عیار ماهیت انسان استفاده کنیم. پس روان‌درمانگران برای حصول به چنین شناختی راهی ندارند جزء آشنایی و وصل به علم مادر. از نظر من دانشجویان ما باید فلسفه را مخصوصاً

روان درمانگران باید از روان‌شناسی انطباقی برای مدتی کوتاه تا آنجایی که ایگو ظرفیت پیدا کند که خودش را بتواند توسط راهبردهای مقابله‌ای در موقع بحرانی و استرس‌زا مطابقت دهد، استفاده بکنند؛ اما هنگامی که محرك استرس‌زا از صحنه خارج می‌شود، دیگر منطبق بودن محض و سکوت و سکون و انفعال اختیار کردن جایز نیست و اگر این حالت برای مدتی طولانی بماند، متراffد است با درگیر مرداب مرگ شدن و این با ذات پویا و در تحرک انسان مغایرت دارد و اصل درمانی که در اتفاق‌های درمان می‌افتد (نوروتیک نبودن) باید مساوی باشد با دمیدن روح دوباره زندگانی از طریق تولد مجدد تفکر.

۳. پس جناب دکتر با این مباحثی که بیان کردید، شما چه قدر خود فلسفه را درمان می‌دانید؟ آیا خودش می‌تواند درمان باشد یا خیر؟

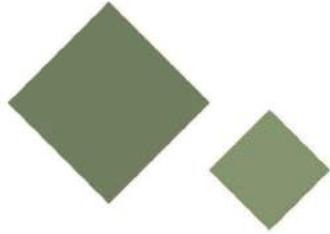
این پالایش و دعوت به تفکر چه در بین دو گوش فرد و چه در محیط نگاهی دوباره بیندازد و از زندگی منفعلی که نوروتیک‌ها در دام آن افتاده اند دور شود و به پویایی که در ذات پسر نهفته است و در جریان روان پویشی دوباره زنده می‌شود، بازگردد؛ و این گونه است که من فلسفه و بیدار شدن دوباره تفکر و تحرک را در انسان، درمان می‌دانم و به کارگیری روان‌شناسی تطابق‌پذیری را برای طولانی‌مدت، آسیب‌زا قلمداد می‌کنم. در رویکرد روان پویشی هم احتمالاتی که خود این رویکرد در اختیار روان‌درمانگر می‌گذارد و هم سایر احتمالات دیگری به جز آن احتمالاتی که از طریق این رویکرد وجود دارد، ذهن روان‌درمانگر را به سمت شک و تردید در مورد آنچه موجود است رسپار می‌کند و در اینجاست که فلسفه با تولید تفکر از طریق شک به صحنه آمده و حالا آمادگی برای تغییر اتفاق می‌افتد. بهاین ترتیب است که روان‌کاوی فروید در مقابل رفتارگرایی و روان‌شناسی تطابق گرایی قرار می‌گیرد و به نظر من آدمی برای پویا بودن و داشتن انرژی روانی (لیبیدو) به شک و تردید و کنکاش و تفکر احتیاج دارد. ریشه‌ای پرداختن به این مسئله مستلزم آن است که ما چه در جامعه با آموزش خانواده‌ها و چه در اتفاق‌های درمان با آموزش روان‌درمانگران و بالینی کاران، دست به یک درمان مطابقت داده شده با فرهنگ خود بزنیم. همان‌طور که مستحضر هستیید ایران یک جامعه‌ی جمع‌گرایاست و ملاک تعريف سلامتی و ناپهنه‌گاری در آن باید بر طبق یک دی اس ام ایرانی تنظیم شود نه به گونه‌ای که در حال حاضر در فضای درمانی رایج است و آن این است برای درمان و طی کردن خط سلامتی مراجع بدون در نظر گرفتن فرهنگ ایرانی و بدون توجه به بافت تربیتی که مراجع در آن رشد یافته از دی اس ام آمریکایی که با فرهنگ فردگرای آمریکا تدوین شده است، استفاده کرد.

فلسفه است بگذراند و اگر دوباره بخواهیم به بحث ماهیت فلسفه برگردیم این گونه است که در اوخر قرن بیستم با ارائه برنامه وصله‌پینه گونه سعی در پوشاندن نقایص تجزیه گرایی فلسفه شد. با ارائه چند وصله مثل شاخه‌های متعددی از روان‌شناسی و ایجاد زیرمجموعه‌هایی از آن‌ها مثل روان‌شناسی هرمنوتیک؛ و این اقدام یعنی برگشتی مذبوحانه به فلسفه و با این پنجرگیری قصد در پر کردن خلاها. پس یک واپس روی به فلسفه احتیاج داریم و این یعنی برگشت به رحم علم مادر و این عشق به دانستن و موشکافی و کنکاش کردن هم باید در اتفاق‌های درمان و هم در اتفاق‌های فکر و هم در نحوه فرزندپروری اتفاق بیافتد نه فقط در فضای آکادمیک بلکه باید در رگ و گوشت و پوست سطح خانواده و جامعه بجوشد و جاری و ساری شود.

۲. چه میزان از روان‌درمانگران حاضر که مشغول به کار درمان هستند از فلسفه بهره برده‌اند و استفاده می‌کنند؟

وقتی خود روان‌شناسان از الزام دانش فلسفه بی‌خبرند و عده‌ای از آنان در مورد روش‌نگر بودن، آموزش نایافهاند و دستورالعملی هم برای پیاده کردن و اجرای آن ندارند و حتی در فضای خانواده هم والدین کودکان را از همان ابتدا به خردورزی دعوت نمی‌کنند نمی‌شود انتظار زیادی از اجرای یک دید فلسفی در دریچه‌ی ذهن روان‌درمانگران در اتفاق درمان داشت.

من این چنین فکر می‌کنم روان‌شناسان که مجری اصلاح رفتارهای اعضای جامعه هستند باید برای اجرای اجرای برنامه‌هایی در جهت اصلاح رفتار و تفکر اعضای جامعه، آموزش تفکر و خرد دوستی و عشق به روش‌نگری در ساختار موجودیت هرچه که هست و نیست را در پروتکل‌های درمانی خود بگنجانند. این امر آن چیزی نیست که در داستان‌های موجود کتب درسی و آموزشی و در لایه‌های اقوام مختلف و همچنین در اشعار ما منعکس شده باشد. همین مقوله مسئله ایست که در اساتید دانشگاه می‌بینم که دانشجویان را به گذر کردن سریع از یک مقطع به مقطع دیگری تشویق می‌کنند. گویی که همه زندگی خلاصه‌شده در مقطوع مختلف و هدف گذر کردن با سرعت و مدرک‌گرایی صرف است. به جای اینکه دانشجویان را به ماندن و مشاهده کردن با تگاهی تبیین‌ناهی تشویق کنند. هنگامی که پایان نامه های رشته ما در موضوعات روان‌شناسی تطابق‌پذیری خلاصه می‌شود و توصیه‌ی تمام‌عیارشان به اتفاق‌پذیری با هر شرایطی است و این دعوت به عدم پویایی و سکون و سکوت اختیار کردن با اصل فلسفه‌ی رویکرد پویشی مخالف است و این عدم حرکت و عدم جستجوی فکری با اصل فلسفه در مغایرت است.



فروید (نهاد، خود و فراخود). فلسفه در روان‌شناسی همچون یک عینک و یک ذره‌بین است که می‌گوید از چه ساخته شده است و مبنی بر این تعریف نظریه‌های دیگر ساخته می‌شود و دقیقاً در اینجاست که الزام وجود فلسفه در روان‌شناسی مبرهن می‌گردد زیرا فلسفه سازنده، اشue دهنده و تولید‌کننده است.

اگر ما یک دیدگاه فلسفی داشته باشیم، فقط مکتب‌های روان‌شناسی که هیچ بلکه متوجه می‌شویم بسیاری از مقولات و مباحث در مکاتب مختلف، مشابه هستند و می‌شود از آن‌ها استفاده شود و با چشمی بازتر بتوان بهتر عمل کرد.

اگزیستانسیال یک موجود چهارپا است که روی مقوله‌های مانند تنها‌ی و مرگ و معنا و آزادی حرکت می‌کند. این رویکرد درواقع هم زمان با سایر مکتب‌های دنیای اجتماعی به دنیا نیامد بلکه نطفه‌ی فکری اش از قبل‌ها موجود بوده و اگر می‌خواستیم یک پدیدارشناسی فلسفی داشته باشیم، می‌توانستیم این امر را ببینیم.

۶. جناب دکتر به عنوان سؤال آخر اگر بخواهید به تفاوت جایگاه فلسفه و روان‌پویشی و اهمیت آن در ایران در مقایسه با جهان بپردازید، چه مطالبی را بیان می‌کنید؟

هرچه کمتر در گیر روان‌شناسی تطبیق‌پذیری باشیم، مجال بیشتری به رویکرد روان‌پویشی و به‌تبع آن ارج و قرب بیشتری برای فلسفه قائل خواهیم بود؛ زیرا از کنکاش، شک و تردید به عنوان عنصر تولید‌کننده‌ی تفکر در بافت خانواده و همچنین در جامعه بیشتر استفاده خواهیم کرد و این آن چیزی است که به عنوان تفاوت جایگاه روان‌پویشی در ایران با مقایسه با دنیا مطرح می‌شود.

در ساختار خانواده‌های ایرانی میزان کنترل گری زیاد است و این تثبیت کودکان ما در کنترل که سازنگان آتی جامعه هستند باعث کاهش خلاقيت آن‌ها می‌شود و اینجاست که ما در مقایسه با دیگر جوامع از تولی گری کمتری بهره می‌بریم زیرا میزان استقلال طلبی کمتری را در اعضاء خانواده شاهد هستیم؛ بنابراین فلسفه‌ی تربیس شده در دانشگاه‌های ما کافی نیست و نیاز به اصلاح محظوظ و روش ارائه دارد و این امر بالطبع از بافت خانواده آغاز می‌گردد.

در انتهای توصیه من چه به دانشجویان و چه خانواده‌های کشور این است که هرچه زودتر به تحلیل سبک زندگی خود بپردازند و تأملی را در آن جای دهند که آن‌ها را از «انتظار» که هیچ دستاورده‌ی جز افعال برایشان نخواهد داشت، دور کنند و با قدم گذاشتند در سرزمین دانایی به دنبال کشف خود و عالم هستی و تحرک و پویایی باشند که این امر مسلمانه باری نهادهای سیاسی و اجتماعی را می‌طلبد.

فرهنگ نوع جامعه از زیرمجموعه‌های فلسفه است و اگر در موردش کسب اطلاع نکنیم و در جامعه و سر کلاس‌ها با دانشجویان در موردش بحث نکنیم، گویی که فلسفه را نادیده گرفته‌ایم و از اصلاح رفتارها و درمان آسیب‌ها دور خواهیم ماند. دانایی در مورد تفاوت‌های فرهنگی اقلیت‌های متفاوت اقوام ایرانی و داشتن شناخت و بینش در مورد این‌ها همگی از اصول فلسفی اتاق‌های درمان ما باید باشد؛ زیرا که درمان نه تنها فقط پاک کردن علائم نیست بلکه شناخت فرهنگ بافت تربیتی مراجع چه در خانواده و چه در جامعه است.

۴. باوجود توجه رویکرد روان‌پویشی به فلسفه، چرا در ایران گزینه اول پیشنهادی روان‌درمانگران درمان شناختی و رفتاری است؟

با وجود نقاط ضعفی که رویکرد روان‌پویشی از قبیل سخت اندازه‌گیری کردن اطلاعات و ارائه ندادن یک تعریف عینی در نظریات و اصل و مبانی دارد، ولی دنیای پویشی موجود در فلسفه (نیاز و عشق به دانستن و خرد) افراد را تشویق می‌کند که در جستجو و کشف فراتر از آنچه هست و نیست بروند و لایه‌ی پوشانده و ابهام را از موضوعات گذشته بردارند که همین امر موجب شناخت و بینش هرچه بیشتر می‌شود.

همین بی‌بردن و جستجوگری که افراد در دنیای پویشی به آن ترغیب و تشویق می‌شوند باعث تبدیل ناشناخته‌ها و ناخودآگاه به شناخته‌ها و خودآگاه می‌شود.

اگر در سال‌های اخیر چه در دنیا و چه در ایران رویکرد شناختی رفتاری فراگیر شده است به نظر من بیشتر به دلایل اقتصادی و مالی مربوط است تا اثربخشی آن‌ها.

۵. آقای دکتر در مورد رویکرد اگزیستانسیالیسم چه نظری دارید؟ چون آن‌طور که برمی‌آید گویی که این رویکرد از سایر رویکردهای دیگر به مفاهیم فلسفی نزدیک‌تر است و انگار از دل فلسفه منشعب شده است.

بندۀ اگزیستانسیالیسم را نسبت به روان‌پویشی و حتی رفتارگرایی لزوماً نزدیک‌تر به فلسفه نمی‌دانم؛ زیرا اگزیستانسیالیسم یک رویکرد است و تا حد یک مکتب هیچ‌گاه گسترش پیدا نکرده است زیرا هیچ‌گاه تعریفی کامل از شخصیت انسان را ارائه نداده است. و جوب فلسفه در روان‌شناسی از آن نظر است که از ساختار و سازه‌های موجود در شخصیت انسان صحبت می‌کند مانند سازه‌های جرج کلی، سازه‌های کنبرگ و سطوح شخصیتی

با عنایت به حضور چشمگیر گروه رشد و توسعه روانشناسی در برگزاری دوره‌های آموزش تخصصی روانشناسی تحت نظرارت مرکز مشاوره دانشگاه تهران، این گروه در جهت توسعه این آموزش‌ها در سراسر کشور در نظر دارد تعداد محدودی نمایندگی رسمی در سطح کشور به واجدین شرایط اعطاء نماید.

از عموم علاقهمندان و فعالان در حوزه برگزاری دوره‌های تخصصی و عمومی روانشناسی جهت اخذ نمایندگی رسمی دعوت به همکاری می‌نماید.

خدمات گروه رشد و توسعه روانشناسی:

- تدوین کارگاه و دوره‌های آموزشی با سرفصل‌های به روز و هماهنگی با استادی هر حوزه، جهت حضور و تدریس کارگاه
 - در اختیار قرار دادن محتوای انحصاری تخصصی در دوره‌ها و کارگاه‌ها برنامه‌ریزی و طرح‌ریزی کارگاه‌ها و دوره‌های آموزشی تخصصی در حوزه روانشناسی با گواهی معتبر از مرکز مشاوره دانشگاه تهران
 - برنامه‌ریزی و طرح‌ریزی کارگاه‌های عمومی در حوزه روانشناسی با نظارت مرکز مشاوره دانشگاه تهران
- شرایط احراز نمایندگی:

- ارسال اسناد و مدارک قانونی موسسه یا شرکت (اساسنامه، مجوز فعالیت از سازمان نظام روانشناسی و مشاوره یا بهزیستی، شرکت‌نامه)
 - ارسال مدارک شناسایی ریاست موسسه یا شرکت (کپی کارت ملی، کپی پروانه سازمان نظام روانشناسی، کپی آخرین مدرک آموزشی)
 - احراز مشخصات فیزیکی شرکت یا موسسه (ارسال عکس از محیط موسسه، کروکی محل موسسه، مشخصات فنی ساختمان محل موسسه)
 - امضای قراردادها همکاری که متعاقباً ارسال خواهد شد
- جهت کسب اطلاعات بیشتر با شماره ۰۹۱۹۴۸۸۲۶۱۳ تماس حاصل نمایید.
جهت مکاتبات از آدرس پست الکترونیکی: kargah.ravanneh@gmail.com استفاده فرمایید.

فرم عضویت در روان بنه

رواشناسان و مشاورین محترم

با سلام

احتراماً به استحضار میرساند برای عضویت در بنیاد روانشناسی روان بنه و دریافت مجله این بنیاد که هر ماه ارسال می‌گردد فرم زیر را تکمیل و به آدرس پست الکترونیکی مجله ارسال نمایید.

مشخصات کلی					
	جنسیت:		نام خانوادگی:		نام:
	شماره همراه:		کد ملی:		تاریخ تولد:
	پست الکترونیکی:				آدرس:
مشخصات تحصیلی					
محل تحصیل	رشته تحصیلی	قطع	محل تحصیل	رشته تحصیلی	قطع
		کارشناسی			دیپلم
		دکترا			کارشناسی ارشد
سابقه تدریس (ویژه اساتید محترم دانشگاه)					
	دروسی که تدریس می‌نمایید.				مدت تدریس:
					دانشگاه (ها) که تدریس داشته اید یا دارید:

تمایل دارید در کدام شاخه از روانشناسی فعالیت داشته باشید؟

روانشناسی خانواده و زوج درمانی

رویکرد روانپویشی (حوزه بزرگسال)

رویکرد شناختی رفتاری (حوزه بزرگسال)

روانشناسی صنعتی و سازمانی

علوم شناختی

روانشناسی کودک و نوجوان

آمار و پژوهش

در حیطه انتخابی (سوال بالا) کدام فعالیت را ترجیح می‌دهید؟

ترجمه و تالیف کتاب

تدریس

درمان و کار کلینیکی

غیره (توضیح داده شود.)

پژوهش و مقاله نویسی

(در صورتی که فضای مشخص شده برای مرقوم نمودم اطلاعات کافی نیست اطلاعات خود را ضمیمه این برگه نمایید)



پست الکترونیک:

info@ravanboneh.com

www.ravanboneh.com