

معرفی کتاب

آیا موفق بوده‌ایم؟...

روانشناسی کاربردی (روان‌درمانی، تربیتی، خودیاری) در بوت‌های نقد

نویسنده: مهری رحمانی

ناشر: نشر آسیم

چاپ اول: ۱۳۸۳

شمارگان: ۲۰۰۰

قیمت: ۱۴۰۰ تومان

تعداد صفحات: ۱۸۷

به انتخاب: سیدعلی آل صاحب‌فصول

آمار نشان می‌دهد که پر فروش‌ترین کتاب‌ها - در ردیف کتاب‌های روان‌شناسی - از نوع روان‌شناسی خودیاری می‌باشد. این رقم در مدت بیست سال اخیر به طرز چشمگیری رو به افزایش بوده است. شمار فروش این قبیل کتاب‌ها پیش از انقلاب بسیار ناچیز و محدود بود. البته نمی‌توان نتیجه گرفت که فزونی این رقم منحصراً در رابطه با انقلاب و عوارض ناشی از آن می‌باشد، چرا که در خارج از مرزهای ما به‌ویژه در کشورهای غربی افزایش این رقم در دهه‌های اخیر نیز مشهود است. شاید بتوان گفت تغییرات ناشی از زندگی صنعتی و حرکت به سوی موج سوم، یعنی انفورماتیک شدن جامعه، مهم‌ترین عامل نیاز به علم روان‌شناسی و مطالعه و شناخت روح فردی و روح جمعی جامعه است.

ظهور غول‌های علم روان‌شناسی نظیر یونگ، فروید و ویکتور فرانکل نیز شاید به علت به وجود آمدن بستر مناسبی باشد که

زاده‌ی این عوامل و شرایط بوده است.

اما مهم‌ترین پرسش این است که با وجود گرایش جامعه به مطالعه‌ی علم روان‌شناسی و آشنایی هر چه بیشتر پدر و مادرها و مربیان تعلیم و تربیت با این علم و کاربرد آن و دوره‌های آموزشی و روش‌های مختلف روشنگر درباره‌ی تربیت فرزند و روابط زناشویی و خودشناسی و خودسازی، آمار طلاق، آن هم طلاق‌های خانمان برانداز و دور از فرهنگ انسانی که جز به نابودی فرزندان منجر نمی‌شود، کاهش یافته است؟ آیا عشق و تفاهم برای شروع ازدواج و ادامه‌ی زندگی مشترک افزایش یافته است؟ آیا نسل جدید، نسلی تواناتر، پر تلاش‌تر، قدرشناس‌تر و خودکف‌تر شده است؟ آیا معلمان و مدرسان در مورد دانش‌آموزان و دانشجویان خود در شرایط و ارتباطات بهتری قرار گرفته‌اند؟ آیا مدیران و کارمندان دوائر مختلف دولتی و غیر دولتی از حسن ارتباطات و بازدهی بهتری برخوردار شده‌اند؟ و ده‌ها آای دیگر.

امروزه کم‌تر مدرسه‌ای است که از یک یا چند مشاور متخصص دائمی و سخن‌رانی‌های متخصصان در جلسه‌های ماهانه‌ی دانش‌آموزان و پدر و مادرها و مربیان برخوردار نباشد. کم‌تر زوجی است که یک یا چند کتاب روان‌شناسی زناشویی را مطالعه نکرده باشد و یا از برنامه‌های آموزشی روان‌شناسی تلویزیون و رادیو یا مطبوعات استفاده نکرده باشد، اما آیا مشکلات زوج‌های جوان امروز نسبت به ده سال پیش کاهش یافته است؟ آیا مشکلات نسل حاضر در مقایسه با (زیاد دور نمی‌رویم) چهار یا پنج سال پیش کاستی گرفته است؟ آیا پدر و مادرها و معلمان و سایر مربیانی که در رشته‌ی روان‌شناسی تحصیل کرده‌اند در مورد فرزندان و شاگردان خود از مشکلات کم‌تری برخوردارند؟ آیا پدر و مادرهایی که خود یا فرزندان‌شان در مورد مشکلات روحی و تحصیلی و رفتاری به مشاوران تعلیم و تربیت و یا پزشک روان‌کاو مراجعه می‌کنند، نتایج لازم را گرفته‌اند؟ نمونه‌های فراوانی را می‌شناسیم که پدر و مادرها فرزندان مشکل‌دار خود را نزد روان‌شناسان و مشاوران مختلف برده و هیچ نتیجه‌ای نگرفته‌اند و به ناچار تن به دارودرمانی داده و فرزندان کم‌سالشان را با داروهای مختلف ساکت و خاموش کرده‌اند! تمام تابلوهای اعلانات

روانشناسی خودیار در صورتی پاسخ می‌دهد که روان‌شناسی تربیتی از ابتدا مناسب و مؤثر عمل کرده باشد. این علم تنها در آگاهی‌های رفتاری مؤثر است، نه در تربیت ریشه‌ای و نه در معالجه. پس علت این‌که روان‌شناسی خودیار فقط تأثیرات آنی داشته و در دراز مدت مؤثر نبوده و فرد دوباره به‌جای اول خود باز می‌گردد، این است که روان‌شناسی تربیتی دچار مشکل اجرایی است. علت موفق نبودن روان‌شناسی تربیتی این است که روان‌شناسی تربیتی‌ای که زاده‌ی ذهن دانشمندان غربی و در جهت تغییرات جامعه‌ی غرب است، نمی‌تواند به‌طور مؤثر در جامعه‌ی متفاوت ما قابل اجرا باشد. بگذریم از اینکه آنان نیز پاسخ لازم و کافی را نگرفته‌اند و در مورد نسل جوان مشکلات عدیده‌ای دارند. علم روان‌کاوی و روان‌پزشکی در اغلب موارد به‌دو درمانی محدود شده و معالجات طولانی روان‌درمانی (به‌علت وقت‌گیر بودن و نداشتن صرفه‌ی اقتصادی) در عمل معنای خود را از دست داده است.

روانشناسی خودیار وقتی با زنی برخورد می‌کند که با وجود علاقه به همسرش، از سن سی و پنج سالگی که اوج عواطف جنسی زن است (چون از بلوغ ذهنی عشق برخوردار گردیده و از غرایز طبیعی به‌شکلی عمیق‌تر و لذت‌بخش‌تر بهره می‌گیرد) ناچار به قطع رابطه‌ی زناشویی با همسرش می‌شود و تمایلی به‌آمیزش با او ندارد، به‌ذکر چند نکته و یا شگرد رفتاری در مورد زناشویی فحاعت می‌کند، بی‌آنکه از زن بپرسد چرا همسری را که دوست دارد، نمی‌تواند در آغوش بگیرد؟ بی‌تردید زن قادر به‌انجام آن شگردهای رفتاری نیز نخواهد بود. شاید از خواندن آن جمله‌ها لذت ببرد و یا به‌ظاهر متقاعد شود، ولی در عمل قادر به‌اجرای آنها نخواهد بود و شاید به‌دلیل همین ناتوانی پس از مدتی دچار افسردگی و یأس از خود گردد.

دستورهای کلیشه‌ای و محدود نمی‌تواند الگوی مناسبی برای موردهای مشابه در افراد متفاوت باشد. هر انسان عالمی است که تنها با شناخت خودآگاه و فردیت او و شناخت ضمیر ناخودآگاه فردی و جمعی حاکم بر شخصیت او شاید بتوان به‌راهی رسید، آن

مدرسه‌ها و مؤسسه‌ها، فرهنگ‌سراها، درمانگاه‌ها و دیگر مکان‌های علمی - فرهنگی پر است از جمله‌هایی درباره‌ی موفقیت، تلاش، اراده، شادی و امید، خوشبختی و... شاید روزی افراد باشند هر یک از این جمله‌ها تکان می‌خورند و تلاشی در جهت حفظ یا یادداشت کردن آن جمله‌ها می‌نمودند، اما امروزه گوش کسی بدهکار این حرف‌ها نیست به‌خصوص نوجوانان و جوانان این نسل نابالغ.

بیایید با هم صادق باشیم و خود را زیر شعارها و حرف‌های زیبا پنهان نکنیم. منافع و طریق امرار معاش خود را با تربیت نسل، یک کاسه ننماییم و اقرار کنیم که روان‌شناسی تربیتی معاصر در کار خود موفق نبوده است. ما به‌افکار و اندیشه‌ها و تجربه‌های دانشمندان بزرگ این علم احترام می‌گذاریم و خواهان بهره‌گیری از آنها هستیم، اما واقعیت این است که علم روان‌شناسی کاربردی (که تعلیم و تربیت مهم‌ترین شاخه‌ی آن در ساخت ریشه‌های شخصیت و شاخه‌ی روان‌پزشکی شاخه‌ی معالج و روان‌شناسی خودیار سطحی‌ترین شاخه در جهت ارتباط سالم با خود و دیگران می‌باشد)، در عمل از موفقیت لازم و کافی برخوردار نبوده است.

در رابطه با شرایط و امکانات موجود و در ارتباط با جوامع دیگر نمی‌توانیم به‌روش‌های صحیح تربیتی افراد جامعه بپردازیم. گاه طرحی که در جامعه‌ی غربی مثبت عمل کرده، در جامعه‌ی ما به نتیجه‌ی منفی می‌رسد. پس باز هم تکرار می‌کنیم که مناسب بودن از صحیح بودن مهم‌تر است. بارها می‌بینیم که پدر و مادرها و معلمان و یا صاحب‌نظران تعلیم و تربیت در مقام دفاع از حرفی درست و یا روشی درست بر می‌آیند و وقتی به نتیجه نمی‌رسند، با تعجب و دلسردی به تکرار آن می‌پردازند، در حالی که باید به‌راه دیگری بیندیشند. گاه برای جبران یک زیاده روی آن‌چنان از ترس سقوط عقب نشینی می‌کنیم که از پشت سر سقوط می‌نماییم. جامعه‌ی ما در حال حاضر در چنین وضعیتی است. بی‌توقعی محض، کوتاه آمدن‌های بیش از حد، همه چیز را برای فرزندان خواستن و خود را به حساب نیاوردن‌ها و ده‌ها رفتار افراطی دیگر سبب گردیده که پدر و مادرها و معلمان زیر بار سلطه‌ی نابه‌جای نسل جوان خورد شوند و دم بر نیاورند. کاش حاصل این گذشت‌ها و فداکاری‌ها مثبت بود!

هم شاید!

بهترین محک روش‌های تربیتی و بر خوردهای روانی، کسب نتیجه‌ی مطلوب است که آمار بهترین اطلاعات را در اختیار ما می‌گذارد. متأسفانه آمار وحشت‌آور اعتیاد، فحشا، طلاق، لجام‌گسیختگی‌ها و فرار از خانه، خودکشی و انحرافات اخلاقی گوناگون شبهه‌ای نمی‌گذارد، برای واقعیت که بپذیریم شاخه‌های مختلف روان‌شناسی با طرح‌های مختلف خود قادر به مقابله با معضلات موجود در جامعه نبوده و در حل مشکلات به‌بن‌بست رسیده است. وقت آن رسیده که بپذیریم: «فکر دیگر باید و کار دیگر»!

علم روان‌شناسی در رابطه‌ی تنگاتنگی با علم جامعه‌شناختی و انسان‌شناسی است. هم‌چنین در مورد تمام علوم که به‌نوعی با این رشته‌ها در ارتباطند، مثل هنر و ادبیات.

یونگ، چه در ارائه‌ی ایده و چه در روش‌های معالجاتی و چه در زندگی شخصی خود روان‌شناسی موفق بوده است. چرا یونگ وقتی به‌شناخت رسید (از چهل سالگی به‌بعد) از جانی فاضل، آرام، سرشار از عشق و زیبایی برخوردار گردید. چون او نه تنها به‌علم روان‌شناسی، بلکه به‌هر چیزی که مستقیم و یا غیرمستقیم با روح و روان آدمی سر و کار دارد پرداخت. مثل: فلسفه، ادبیات، شعر و موسیقی.

چرا میلان کوندرا نویسنده‌ی موفق در زمینه‌ی رمان قادر به خلق رمان‌هایی سازگار با روح زمانه شد؟ چون علاوه بر ادبیات، با علم روان‌شناسی، جامعه‌شناسی، فلسفه و هنر، به‌ویژه موسیقی نیز آشنایی داشت.

باید بپذیریم که علم روان‌شناسی تربیتی نمی‌تواند مستقل از علم جامعه‌شناسی باشد. ما بدون شناخت موقعیت جامعه‌ی خود