

دکتر حسین سلیمی بجزستانی

نظریه‌های مشاوره‌ی گروهی



نظریه آدلری (۱)

افزایش نفوذ نظریه‌های روابط شی (object relation / theory) و روان‌شناسی خود (self Psychology) در دهه‌های اخیر، انقلاب بزرگی در روان‌کاوی به‌وجود آورده است. نظریه روابط شی، از آن جهت که به بازنمایی درونی خود و دیگران تأکید دارد به نظریه شناختی شبیه است. روان‌شناسی خود نیز به دلیل تأکید بر طبیعت میان‌فردی اشخاص، به نظریه‌های انسان‌گرا شباهت دارد.

این دو دیدگاه، در واقع ادامه‌ی تحولاتی بود که قدمت آن‌ها تقریباً به دهه‌ی اول ۱۹۰۰ یعنی زمانی که فروید افکارش را مطرح کرد، می‌رسد. مانند هر نهضت فکری دیگر دیری نپایید، حتی در محفل خصوصی فروید هم مخالفینی قد علم

کردند. ابتدا آدلر، سپس یونگ با تأکید فریود بر این موضوع که رفتار انسان‌ها تحت فرمان تکانه‌های جنسی و پرخاشگری قرار دارد به مخالفت برخاستند. و همین دیدگاه‌های مخالف، زمینه را برای پیدایش دیدگاه‌های نوینی مانند روان‌شناسی خود، فراهم کرد. در این مقاله به مفاهیم نظری آدلر که در مشاوره کاربرد دارد، خواهیم پرداخت. آدلر مراکز راهنمایی کودک را در مدارس وین تأسیس کرد. او یکی از روان‌پزشکان پیشگام در مشاوره گروهی است که نظام «روان‌شناسی فردی individual psychology» را بنا نهاد. روان‌شناسی فردی یک نظریه‌ی شخصیت گستر، با جهت‌گیری اجتماعی، انسانی و کل‌نگر است. از آن‌جا که این نظریه بر عقل سلیم تأکید دارد برای خوانندگان قابل فهم است و کاربرد بیشتری دارد (استوارت ۲۰۰۵). آدلر در مقایسه با فریود برای محیط اجتماعی در ایجاد رفتارها نقش بیشتری قائل بود. به عبارتی دیگر، او به رابطه‌ی خود با دیگران، یعنی علاقه‌ی اجتماعی social interest و تلاش‌های فرد برای رسیدن به اهدافش که در معنای غایت‌نگری تخیلی fictional finalism گنجانده شده است.

اما بیشترین شهرت آدلر به مفهوم حقارت و برتری‌جویی برمی‌گردد. او ابتدا بحث حقارت عضوی را مطرح کرد، اما بعدها متوجه شد که این احساس، ناشی از حقارت‌های غیرعضوی نیز می‌شود و یک امر همگانی است. برخی انسان‌ها و موفق می‌شوند احساس حقارت خود را به نوعی جبران نمایند، و پیشرفت‌های بزرگی می‌کنند، اما عده‌ای در جبران این احساس شکست می‌خورند و اسیر احساساتی مانند ناامنی، خودبزرگ‌بینی و نشانه‌هایی از این قبیل می‌شوند. بنابراین عقده حقارت (inferiority complex) به آن دسته از خصایص منفی شخصیت، اطلاق می‌شود که با

این‌گونه احساسات مرتبط است.

به نظر آدلر برتری‌جویی نیروی پویا و حرکت‌بخش درون شخصیت است. این نیروی بنیادی یک نیروی بهنجار و فطری است که در طول زندگی انسان وجود دارد. تمام انسان‌ها خواهان عزت نفس، کمال و پیشرفت هستند. این نیروی پویا موجب پیشرفت و شکوفایی اکثر انسان‌ها می‌شود. هرچند شیوه‌ی بروز آن فرق می‌کند. عده‌ای با موفقیت در شغل‌شان برای برتری تلاش می‌کنند و عده‌ای با عشق ورزیدن، معنویت و خلاقیت. اما افرادی که دچار اختلال شده‌اند به شیوه‌های نامقبولی در پی برتری هستند (مثلاً با رقابت‌های بی‌رحمانه یا مستبد بودن در خانه). آدلر اساساً آدم خوشبینی بود و نسبت به ماهیت انسان‌ها اعتقاد داشت که انگیزش بهنجار و درون انسان، نیرویی برای پیشرفت و تکامل اجتماعی است.

البته با این توضیحات مختصر نمی‌توان در مورد آدلر حق مطلب را ادا کرد. فقط با اشاره به این مفاهیم، بسنده می‌کنیم. در این نظریه، افراد با ارزش‌ها و اهدافی که از آن‌ها آگاه هستند هدایت می‌شوند نه انگیزه‌های ناخودآگاه. آدلر معتقد بود که انگیزه اصلی انسان، تفکر و رفتاری است که او را در جهت تلاش برای برتری و قدرت قرار می‌دهد و از حس حقارت به حس برتر بودن به حرکت وامی‌دارد. او مفهوم «سبک زندگی» را ابداع کرد. منظور آدلر از سبک زندگی همان فرد بودن شخص، شیوه‌ی برخورد فرد با مشکلات، روش‌های فرد برای جبران احساس حقارت و راه‌های رسیدن فرد به اهدافش است. سبک زندگی در اوایل زندگی و در دوران کودکی شکل می‌گیرد و در بزرگسالی در همان مسیری که از کودکی رقم خورده حرکت می‌کند. آدلر معتقد بود که سمت و سوی زندگی آدم‌ها را قدیمی‌ترین خاطرات آن‌ها مشخص می‌کند (تاد

و بوهارت ترجمه فیروزبخت ۱۳۸۳) علاوه بر این روان‌شناسی فردی به موارد زیر تأکید دارد: روابط اجتماعی به‌جای عوامل زیستی خود به جای نهاد و فراخود تلاش برای خود شکوفایی به جای غریزه جنسی

برابری و همکاری بین دو جنس اگرچه آدلر پیروان فراوانی دارد و آن‌ها مجله‌ای با عنوان «روان‌شناسی فردی» منتشر می‌کنند، اما نظام وی تا کنون به اندازه نظام فریود شهرت نیافته است. با این حال عقاید او مانند: «تأکید بر اجتماعی بودن اشخاص تأکید بر ساختن واقعیت‌های شخص از سوی افراد و تأکید بر نقطه‌نظر افراد در مورد آینده و اهدافشان» پیش‌درآمد صاحب‌نظرانی چون مزلو و کلاسر بوده است.

بعد از مرگر آدلر، درایکورس - دینک میر - کارلسون و اسپری در آثار خود به نظریه‌های او جنبه‌ی عمومی بخشیدند. که برخی از این کتب در ایران ترجمه و منتشر شده است از جمله:

«مشاوره و راهنمایی در مدارس» نوشته‌ی دینک میر و کارلسون ترجمه جمالی و همکاران، «تربیت اثربخش» ترجمه‌ی مهرداد فیروزبخت.

انضباط بدون اشک نوشته دریکورس و کاسل ترجمه واقعی و داداش‌زاده. در شماره‌های بعدی، به مراحل مشاوره آدلری و مداخلات مرتبط با این نظریه خواهیم پرداخت.

منابع

۱. تاد، جودیت و بوهارت، آرتورسی. (۱۳۸۳). اصول روان‌شناسی بالینی و مشاوره (مهرداد فیروزبخت، مترجم). تهران: انتشارات رسا.
۲. استوارت، ویلیام (۲۰۰۵). دایره‌المعارف مشاوره نظری و عملی. (نوابی‌نژاد و همکاران، مترجمان). تهران: نشر علم.