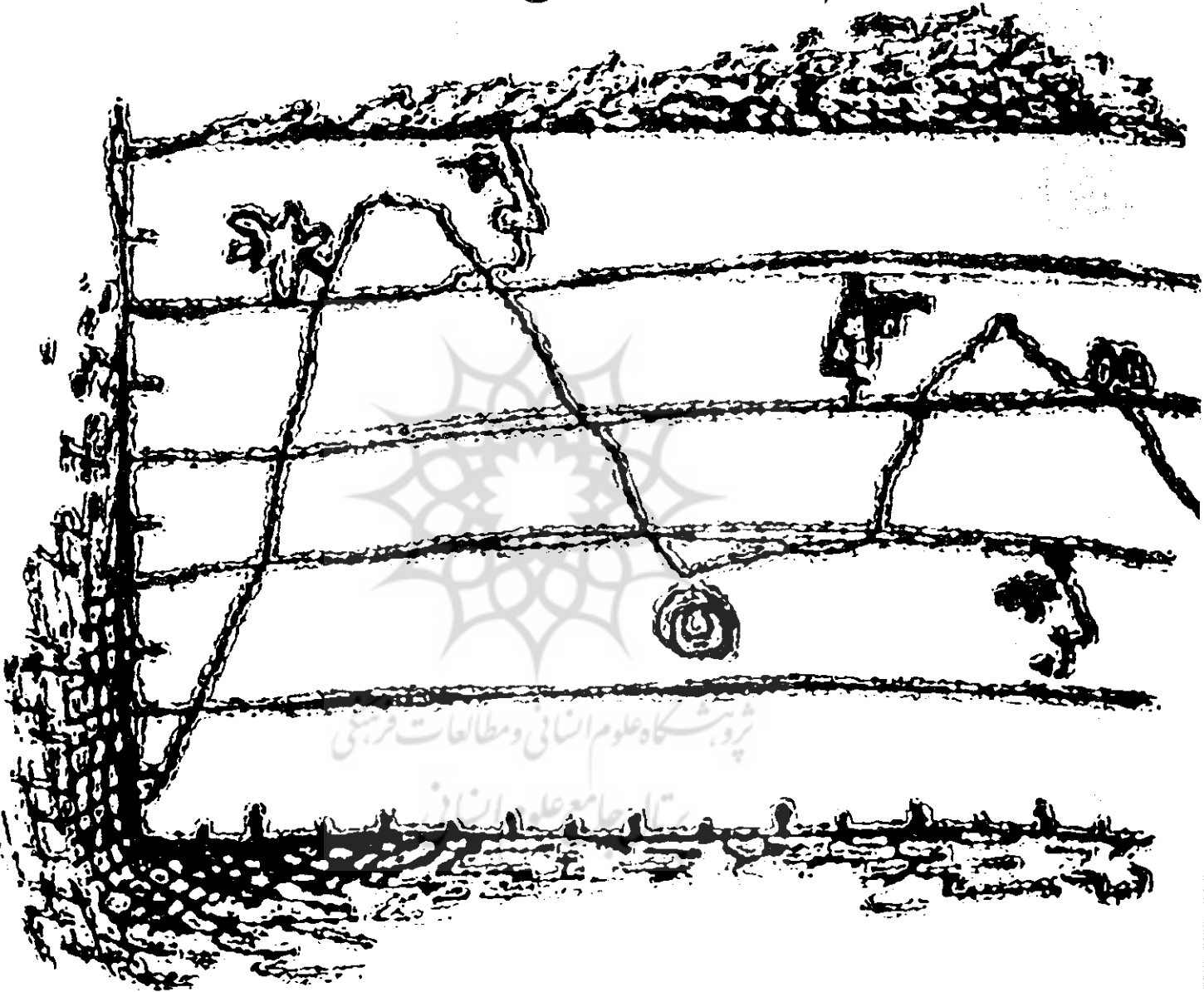


مشاوره از دیدگاه اسلامی در مقایسه

شکوه نوایی نژاد*

با نظام‌های رایج مشاوره‌ای



به‌دوراز هر گونه تهدید و تحمیل مورد ارزیابی قرار دهد و در جهت تغییرات اساسی و معنی‌دار، اقدامات لازم و ضروری انجام دهد. به بیان دیگر، مشاوره وسیله‌ای کمکی برای همه افرادی‌مارجامعه است تا از طریق تجربه‌ای آموزنده به پیشگیری از بسیاری نابسامانی‌ها و رفع و تسکین آلام و مشکلات و در

مشاوره یکی از مهم‌ترین مجموعه خدمات راهنمایی و بهداشت روانی است که راه‌گشای حل بسیاری از مشکلات انسان‌ها در جوامع گوناگون است. هدف اصلی مشاوره کمک به مراجعان در شناخت نقاط مثبت و منفی خود، درک موانع بالندگی، برنامه‌ریزی و در نهایت تصمیم‌گیری جهت سازگاری بهتر و بیشتر با خویش و محیط خویش است. مشاوره فرایندی است که در آن مشاوره به مراجع کمک می‌کند تا صادقانه رفتار و نگرش‌ها و کیفیت شیوه زندگی خود را در محیطی آزاد و

* - دکتر شکوه نوایی نژاد، استاد دانشگاه تربیت معلم.

نهایت سازگاری بیشتر با زندگی خویش بردازند. به این ترتیب، مشاوره و روان درمانی حرفه‌ای تخصصی در پیشگیری و



فلسفه بنیادی نظریه‌ها در باره انسان

۱- نظریه روانکاوی فروید

ماهیت انسان در دیدگاه فروید را انرژی روانی و تجارب اولیه زندگی شکل می‌دهد. انگیزه‌های ناخودآگاه و تعارض‌ها در رفتار فرد اساسی است.

در این نظریه، نیروهای جنسی و پرخاشگری در انسان قوی و تعیین کننده بوده و رشد اولیه انسان دارای اهمیت زیادی است، زیرا مشکلات عمده شخصیتی ریشه در تعارضات سرکوب شده دوران کودکی دارد و رشد بهنجار شخصیت مبتنی بر حل تعارضات و یکپارچگی مراحل روانی - جنسی است و ابعاد سه گانه ساختار شخصیت را نهاد، خود و فراخود تشکیل می‌دهد.

۲- نظریه مراجع محوری

در این نظریه، انسان خوشبینانه نگریسته می‌شود، چراکه انسان رایش به رشد و بالندگی دارد و مراجع در طول و در نتیجه فرایند مشاوره، به توانایی‌های بالقوه خویش جامعه عمل می‌پوشاند و به سوی خودآگاهی و خودشکوفایی حرکت می‌کند و با همگونی خود ایده آل و خود واقعی مالا به سلامت روان دست می‌یابد.

۳- نظریه رفتار درمانی

رفتار انسان معلول یادگیری‌های او در زندگی است. انسان دستخوش محیط و محصول آن است و در به کارگیری قابلیت‌های خود در اثرگذاری بر محیط و دست‌کاری آن چندان توفیق ندارد. درمان او نیز مبتنی بر اصول نظریه یادگیری است و رفتار بهنجار از طریق تقویت و الگودهی فرا گرفته می‌شود.

۴- نظریه شناختی

افراد ذاتاً قابلیت تفکر منطقی و غیر منطقی دارند لکن متمایل به تفکر غیر منطقی هستند. این افکار به اختلالات عاطفی و رفتاری منجر می‌گردد. در این دیدگاه، شناخت مهم ترین عامل تعیین کننده احساسات و اعمال است و تفکر

درمان بسیاری از اختلالات رفتاری، روانی و اجتماعی است که در حفظ بهداشت روانی در جوامع گوناگون نقشی اساسی دارد. مشاور یا درمانگر، علاوه بر ویژگی‌های شخصیتی و صلاحیت‌های اخلاقی می‌بایست از تجارب نظارت شده در زمینه مشاوره و به خصوص دانش نظریه‌ها و به تبع آن فنون لازم مشاوره‌ای برخوردار باشد. در طول یک قرن که از عمر مشاوره می‌گذرد به دلیل تنوع و گوناگونی جمعیت‌ها، مشکلات مراجعان و جوامع و فرهنگ‌ها، نظریه‌ها و مکاتب گوناگون مشاوره روان درمانی توسط صاحب نظران و متخصصان این امر با اهداف و رویکردهای مختلف ابداع و ارائه گردیده است. از آنجا که انتخاب تکنیک و یا روش‌های مشاوره و کاربرد آن عمدتاً منبث از دیدگاه‌های اساسی مشاور و درمانگر از تعریف و ماهیت انسان و فرایند رشد و تکامل اوست، در این مقاله نخست به مقایسه چهار نظام مهم و رایج مشاوره‌ای (روانکاوی، رفتار درمانی، مراجع محوری و شناختی) می‌پردازیم و سپس به اختصار به مشاوره از دیدگاه اسلامی اشاره خواهیم کرد.

ابعاد مختلف فرایند درمانی مشاوره

هدف‌های مشاوره و روان درمانی به تعداد رویکردهای نظری، متنوع و گوناگونند. این هدف‌ها می‌تواند دامنه وسیعی چون بازسازی شخصیت، کشف ضمیر ناخودآگاه، ایجاد رغبت‌های اجتماعی، یافتن معنا و مفهوم در زندگی، رفع مشکلات عاطفی، ارزیابی تصمیمات مهم زندگی و امتحان‌های صحیح، افزایش عزت نفس و خود شکوفایی، کاهش اضطراب، یادگیری الگوهای رفتار سازگارانه و بالاخره کنترل کارآمدتر زندگی شخصی را در برگیرد.

مبنای دیدگاه‌های مختلف مشاوره در روان درمانی نیز می‌تواند درک و شناخت ابعاد عاطفی یا شناختی یا رفتاری در مجموعه تجارب انسان باشد.

منطقی و شیوه‌ها و مهارت‌های صحیح را می‌توان جایگزین افکار غیر منطقی کرد. بنابراین، از آنجا که نظام باورهای فرد علت اصلی اختلالات روانی- رفتاری است، بررسی و اصلاح فرضیه‌ها و ادراکات نادرست، محور اساسی این نظریه است.

محدودیت‌های قابل تأمل در نظریه‌های بنیادی

مشاوره و روان درمانی

رویکرد روانکاوی

این رویکرد بر عوامل زیستی و غریزی تکیه دارد و عوامل اجتماعی، فرهنگی و روابط بین فردی را مورد غفلت قرار داده است. روش‌های آن برای افراد طبقات اجتماعی پایین و گروه‌های خاص فرهنگی کاربرد عملی ندارد و در موقیعت‌های عادی مشاوره‌ای و افراد بهنجار جامعه چندان مناسب به نظر نمی‌رسد، ضمن آن که به جلسات طولانی مشاوره نیاز خواهد بود.

رویکرد مراجع محوری

پیوسته این خطر وجود دارد که مشاور نقشی غیر فعال و انفعالی ایفاء کند و پاسخ‌های او صرفاً محدود به بازتاب گفتار و احساسات مراجع گردد. در حالی که عمده‌تأ مراجعان به جهت‌دهی و هدایت فعال‌تر ساختار بیشتر مشاوره و تکنیک‌ها و فنون متنوع‌تر، نیاز دارند. در برخی از فرهنگ‌ها نیاز است که مشاور نقش فعال‌تر و پویاتری را ایفا کند.

رفتار درمانی

در رفتار درمانی ارزش‌های درمانی، کاوش در زمینه وضعیت مراجع، از آرزوها و آمال و ارزش‌ها گرفته تا تجارب دوران کودکی و قابلیت‌های او نادیده انگاشته می‌شود و یا کم بها داده می‌شود. این رویکرد با تأکید بر نقش محیط و اثرگذاری و دست‌کاری آن بر فرد برای مشکلات ساده‌تر کاربرد دارد ولی قادر نیست به مسایل عمیق‌تر عاطفی بپردازد و در فرد، بینش و آگاهی لازم ایجاد کند.

رویکرد شناختی

در رویکرد شناختی با تأکید بر سیستم باورها و تفکرات فرد، کاوش در زمینه عواطف و احساسات و تعارضات گذشته ارزش‌های فرد، کمتر صورت می‌گیرد و ممکن است به پایان زودرس مشاوره منجر گردد. ضمن آن که ممکن است فرایند مشاوره از نظر ساختاری برای برخی از مراجعان بسیار خشک و انعطاف ناپذیر باشد.

همان‌گونه که ملاحظه می‌شود نظام‌های اساسی و رایج مشاوره در روان درمانی به دلیل تعاریف محدود و گاه یک

بُعدی از انسان در حل و رفع مشکلات گوناگون مراجعان و نتیجه‌گیری‌های جمعیت‌های مختلف از نظر فرهنگی و به ویژه ارزشی، کاربرد بسیار محدودی خواهد داشت. در حالی که بشر امروز به نظرات و دیدگاه‌های جامع و گسترده‌ای نیازمند است که ابعاد گوناگون شخصیت انسان را در برمی‌گیرد.

مشاوره از دیدگاه اسلام

نگاهی به مشکلات متنوع و گوناگون بشر امروز،

پیچیدگی‌های وجود و شخصیت انسان و نیم‌نگاهی به نارسایی روش‌ها و تکنیک‌های مشاوره و روان درمانی در کمک به انسان در حل این مشکلات، ضرورت توجه و تأکید هر چه بیشتر به رویکردهای عمیق عرفانی و مذهبی به ویژه تعالیم مقدس اسلام را در تأمین بهداشت روانی آشکار می‌سازد.

همان‌گونه که قبلاً اشاره شد انتخاب روش‌ها و

تکنیک‌های مشاوره و روان درمانی بیش از هر چیز متأثر از دیدگاه‌های اساسی نظریه پردازان و به تبع آنها مشاوران و روان

درمانگران درباره ماهیت انسان و فرایند رشد و تکامل اوست.

در دیدگاه اسلام، انسان دارای اصالت و وجودی است زیرا دارای

ماهیتی است که در عین وابستگی و تعلق به خالقی که کمال،

قدرت، علم و حکمت مطلق است و پایان حرکت انسان نیز به

سوی اوست - به تعبیر استاد شهید مطهری، انسان دارای

آگاهی‌ها، گرایش‌ها و ویژگی‌های متعالی است - قادر است به

همه آن کمالات برسد. انسان با شناخت عظمت، ارزش و کرامت

خویش به مقام خلیفه‌اللهی نایل می‌شود و با کم بها دادن و عدم

درک مقام و منزلت انسانی خود، راه‌کزی و نادرستی در پیش

می‌گیرد و سرانجام در حد چارپایان و بلکه کمتر سقوط می‌کند.

انسان فطرتاً و بر حسب اصل خلقت دارای یک سلسله

استعدادها و قابلیت‌ها از جمله فطرت دینی و اخلاقی است.

ویلیام جیمز فیلسوف و روان‌شناس بزرگ می‌گوید: قوی‌ترین

عامل تسکین نگرانی‌ها و کاهش اضطراب‌ها، ایمان و اعتقاد

مذهبی است. ایمان یکی از نیرومندترین قدرت‌هاست که انسان

به مدد آن به حیات خود آرامش می‌بخشد و فقدان آن در حکم

سقوط بشر است.

در مکتب اسلام، رویکردهای خود درمانی از طریق

خوددبایی، خود ارزشی خود نظم‌جویی و نظم‌دهی، معناخواهی

و معناجویی و به کمک دعا، توسل و توکل نه تنها آرامش و

سکینه دل می‌یابد، (الا بذكر الله تطمئن القلوب) بلکه از طریق

معنا درمانی مبتنی بر آیات قرآن و احادیث و روایات دینی در

کنار آمدن با مشکلات و مقابله با استرس‌ها و سختی‌های زندگی

به دلیل آن که بر حقایق بزرگ‌تر و متعقن‌تر و با ثبات‌تری تکیه و توکل دارد، در پذیرش فراز و نشیب‌های زندگی توانمندتر است زیرا اعتقاد راسخ دارد که در امور حکمتی است که جز خالق یکتا نمی‌داند. (و عسی ان تحبوا شیئاً و هو شر لکم و عسی ان تکرهوا شیئاً و هو خیر لکم). ضمن آن که در حل و رفع مشکلات از هیچ‌گونه تلاشی دریغ نمی‌ورزد (لیس للانسان الا ماسعی) و او همه این اصول و فنون را در کلیت اصیل و انسان ساز اسلام آموخته است و به تعبیر ویلیام جیمز چنین انسان متدینی ترلزول ناپذیر است و ارواح خروشان اقیانوس زندگی هرگز نمی‌تواند آرامش اعماق وجود او را بر هم بزند.

مطالعات و به ویژه تجارب بالینی نویسنده در سالیان طولانی مشاوره و روان‌درمانی نشان می‌دهد که جهان بینی و اعتقادات مذهبی و ایمان قوی و دعا و توسل در کنار روش‌ها و فنون رایج روانشناسی و مشاوره قادر است تا زمینه‌های بهداشت و سلامت روان افراد را در حد چشم‌گیری فراهم سازد. فرایند چنین مشاوره‌ای به حیات زندگی مراجعان هدف، معنا و مفهوم می‌بخشد، بر احساس پوچی، بی‌ارزشی، بیهودگی، تنهایی و بی‌کسی که از شاخص‌ترین و بارزترین مشکلات انسان امروز است غلبه می‌کند. از عقل و منطق حمایت می‌کند، مسئولیت‌پذیری اعمال در رفتار را افزایش می‌دهد و در نهایت به اهداف فردی و اجتماعی انسان تقدس می‌بخشد و هر حادثه‌ای از زندگی را خیر و برای خود آزمایش می‌انگارد.

هرکه در این بزم مقرب‌تر است

جام بلا بیشترش می‌دهند

سخن پایانی

در دهه ۱۹۹۰ پژوهشگران زیادی چون پارگامنت^(۱)، پیت^(۲)، باندی^(۳)، اوتس^(۴) و دیگران (۱۹۹۲) بر اساس مطالعات خود دریافته‌اند که بخش مهمی از دانش و آگاهی‌های مشاوران امروز در فرهنگ‌های مختلف باید به ایمان به خدا و اعتقادات مذهبی اختصاص یابد، و برنامه‌های آموزش و تربیت مشاوران، با توجه به این امر باید مورد تجدید نظر و بازبینی قرار گیرد تا بتواند نیازهای گوناگون مراجعان مختلف را برآورده سازد.

در جامعه اسلامی، به دلیل آن که اکثریت مردم در سطوح مختلف دارای گرایش‌های ضعیف مذهبی هستند به درمانگران معتقد و بانقوا اعتماد بیشتری دارند، پس باید در گزینش افرادی که علاقمند به این حرفه سنجیده علمی و پر مسئولیت هستند، دقت کافی مبذول داشت و علاوه بر صلاحیت‌های علمی و

تسلط بر دانش لازم در این زمینه، به صلاحیت‌های شخصیتی، اخلاقی و اعتقادی آنان توجه کافی نمود تا آنان بتوانند با تطبیق دین و علم و بهره‌گیری از فنون و روش‌های مشاوره‌ای رایج به تفکیک نوع مشکل در بستر ایمان، ارزش‌ها و باورهای مذهبی به مراجعان گوناگون خود که در تطبیق حالات و آهنگ درونی خود با دنیای شتابزده تکنولوژی و صنعتی امروز در مانده‌اند، کمک کنند تا آنان ضمن برخورداری از آرامش و سازگاری سلامت روان از جهت یک زندگی هدف‌دار و معنادار گام بردارند.

نهایت آن که مشاوران تربیت شده در مکتب اسلام ضمن اشراف بر علوم و فنون جدید مکاتب رایج مشاوره و روان‌درمانی، بر هدف‌دار بودن جهان و این که عالم محضر خداست و انسان در اتصال با روح عالم خلقت است و اعتقاد بر این که بهبود نهایی و سلامت در دست خداست (و هو الشافی) و درمانگران وسیله‌ای بیش نیستند، تکیه دارند و عمل می‌کنند.

فهرست منابع و مآخذ

- ۱- قرآن مجید
- ۲- انسان در قرآن (استاد شهید مطهری).
- ۳- کریسی، عبدالعظیم، نقش تعالیم مذهبی در آرامش روانی، ۱۳۷۳، مجله تربیت، شماره ۱، ص ۲۳-۲۲.
- ۴- * نویسنده.

S. Pargament, K.I and Others (1992) God Help Me, Jr.for Scientific Study of Religion, 44 504-513.

6. Olman, Benjamin, 1989 the Therapists' Handbook van Nestrland Reinhold Co, London.



1 - Pargament 2 - Pate 3 - Bondi
4 - Oates