

- رواندرمانی دانشی نوپا است، در راستای بالیدن و به راه افتادن آن می‌کوشیم تا زبانی را که با آن سخن می‌گوید ویراستاری کنیم. بر دانش پژوهان است که در این تلاش بزرگ یاریمان کنند.
- در گزینش، بازیابی و بازسازی واژه‌ها نکاتی چند رعایت می‌شود:
- ۱- بیشترین کاربرد واژه در رواندرمانی باشد.
 - ۲- مفهوم نظری هر واژه با شواهدی از کاربرد عملی آن همراه شود.
 - ۳- واژه‌هایی که در تلاش‌های رواندرمانی بیشترین همراهی و همزمانی را دارند با هم آورده شود و هماهنگی و ناهماهنگی آنها روشن گردد.
 - ۴- واژه‌های فارسی را با توجه به واقعیت‌ها و پدیده‌های مشاهده‌شده در فضاهای درمان پیشنهاد می‌کنیم؛ به عبارت دیگر، واژه‌ها را با تکیه به مفهوم‌شان، نه ترکیب و ریشه لغوی آن در زبان‌های بیگانه، برمی‌گزینیم.
 - ۵- در نگارش واژه‌ها نخست فارسی آن را می‌آوریم سپس معادل بیگانه را.

هنگامه‌های درگیری: درگیر شدن و درگیر کردن

(انتقال و انتقال متقابل)

«واژه: انتقال، درگیر کردن (درخواست‌ها، هیجان‌ها، اوهام، خاطره‌ها، احساس‌ها، نیازها و تکرار تجربه‌های گذشته).

معادل: انگلیسی Transference، فرانسه Transfert، آلمانی Übertragung.

شرح: در فضاهای بالینی مراجع با آنچه که در حوادث تلخ و شیرین گذشته (به ویژه پدر و مادر) پیدا کرده‌است درمانگر را درگیر می‌کند: هیجان‌ها و خواست‌های خود را به نمایش می‌گذارد، اوهام و خاطره‌ها را برون‌فکنی و برون‌نمایی می‌کند، چنان است که گویی حوادث تلخ و شیرین گذشته در او طنین می‌اندازد و به درمانگر منتقل می‌شود: در رابطه با درمانگر چنان رفتار می‌کند که گویی با پدر و مادر است و در حال تکرار تجربه‌ها و برآوردن نیازهای واپس‌زده گذشته است.

اولین بار، فروید مشاهده کرد که مراجعین حالات و رفتارهایی را که در برخوردهای پدر و مادر پیدا کرده‌اند، ناخودآگاه، در روابط با درمانگر نشان می‌دهند و او را درگیر هیجان‌ها و

نیازهای خود می‌کنند از آن زمان پژوهش و آگاهی‌های علمی در این باره گسترش و ژرفا یافت تا جایی که برخی روانکاوی را دانش تجزیه و تحلیل هنگامه‌های درگیری مراجع و درمانگر می‌دانند.

مثال: «مراجع پسر اول خانواده است، در کودکی و نوجوانی، مادرش با او رفتاری دوپهلوی داشته: نوازشگری و پرخاشگری می‌کرده، خوشحالی و اضطراب نشان می‌داده است. پدرش سخت‌گیر و ناسزاگو بوده است. در یک حادثه رنج‌زای کودکی در تنهائی سگی او را مورد حمله قرار می‌دهد...»

درمانگر: چه کرده‌اید، چه گذشته، برای چه آمده‌اید؟

مراجع: آمده‌ام شمارا ببینم.

د - منظورتان چیست؟

م - احوالتان را بپرسم؟

د - در این احوال‌پرسی چه احساس و حالتی دارید؟

م - احساس خوشحالی می‌کنم، اضطراب دارم.

د - منظورتان از خوشحالی چیست؟

م - احساس لذت، وقتی احوال کسی را می‌پرسی انگار چیزی را به او داده‌ای هدیه و یا

کادو، (کادوهائی که مامان به من می‌داد و یا برای روز مادر می‌خریدیم).

د - گفتید اضطراب، منظورتان چیست؟

م - از اینکه کسی منتظرم باشد احساس اضطراب می‌کنم، مثل کسی که منتظر خبر بدی است.

د - خبر بد، منظورتان چیست؟

م - منتظر باشد که به او ناسزا بگویند، جملات تحقیرآمیز، بی‌عرضه، حمال به درد

هیچ کاری نمی‌خوری، (مثل ناسزاهائی که پدر می‌داد)، ... اندکی بعد احساس اضطراب

می‌کنم، (انگار سگ دنبالم می‌کند)، وحشتناک است، می‌ترسم، سگ می‌خواهد گازم بگیرد،

آویزان بشود، بچسبد، ول نکند

در این مثال، مراجع هیجان‌ها و اوهامی را که در برخورد و تجربه با پدر، مادر و سگ داشته

است در رویارویی با درمانگر نشان می‌دهد: او را درگیر حالات، رفتار و احساس‌هائی می‌کند

که از آن حوادث در او طنین‌انداز می‌شود (دیدار کردن با خوشحالی و اضطراب).

◊ واژه: انتقال متقابل، درگیر شدن (درخواست‌ها، هیجان‌ها، اوهام، خاطره‌ها، احساس‌ها، نیازها و تجربه‌های گذشته)

معادل: انگلیسی Contre-transference، فرانسه Contre-Transfert، آلمانی Übertragung

شرح: حالات و رفتاری که درمانگر در درگیرشدن با مراجع نشان می‌دهد تابع همان احساس‌ها و هیجان‌هایی است که در برخوردهای تلخ و شیرین گذشته، بسویزه پدر و مادر، تجربه کرده‌است. حوادث گذشته در او طنین می‌اندازد، به داد و ستد پایاپای و نمایش متقابل هیجان‌ها، نیازها، خواست‌ها تجربه‌ها و خاطره‌های گذشته خود می‌پردازد و با مراجع درگیر می‌شود.

مثال: درمانگر دانشجوی ۲۶ ساله است، در کودکی پدر و مادرش با نزاع از یکدیگر جدا شده‌اند و او را تنها و در انتظار بازگشت گذاشته‌اند: در نخستین یادداشت‌هایی که از کارآموزی روان‌درمانی داشته‌است چنین گزارش می‌کند:

«... چند دقیقه گذشت، مراجع دیر کرده است، نگران شدم، چشم به انتظار بودم، بلند شدم. در را باز کردم، به انتهای راهرو نگاه کردم برگشتم و بی‌تاب در انتظار نشستم... نه دقیقه گذشته بود که صدای پا و کوبیدن در آمد، قلبم به طیش افتاد، با شتاب خودم را به آستانه در رسانیدم، صدا در گلویم گرفته بود، او را دیدم، نوجوان ۱۳ ساله‌ای بود به محض ورود گفت:

مراجع: ببخشید پدرم مسافرت رفت او را تا قطار همراهی کرده بودم.

درمانگر: حتماً ناراحت شدید، گریه هم کردید؟

م - البته، دلم می‌خواست گریه کنم.

د - خوب، همه گریه می‌کنند، منم گریه‌ام می‌گیرد، دوری پدر و مادر سخت است ...

در این مثال، درمانگر جوان حالات، هیجان‌ها، احساس‌ها و رفتارهایی را که از جداشدن پدر و مادر و تنها ماندن تجربه کرده است در رابطه با درمانجو درون‌نمائی و برون‌نمائی می‌کند. در روانکاوی برای آماده سازی روانکاو جوان با «کنترل روانکاوی» و «روانکاوی تحت کنترل» در واقع به تجزیه و تحلیل درگیری‌های متقابل کارآموزان و دانشجویان روان‌درمانی می‌پردازند و این کار جزء لازم برای تربیت و آماده‌سازی روانکاو و روان‌درمانی جوان است تا از درگیر شدن با مراجع مصون بماند.

◇ واژه: خودداری و بازداری

معادل: انگلیسی *Abstinence*، فرانسه *Abstinence*، آلمانی *Abstinenz*.

شرح: تلاش درمانگر برای خودداری از درگیر شدن و بازداری مراجع از درگیری ساختن خود است: از شیوه‌های بازداری آن است که به مراجع گفته می‌شود این حالت را در رابطه با افراد و موقعیت‌های دیگر نیز دارید و برای درمان آن آمده‌اید. اگر درمانگر خوددار نباشد و مراجع بازداشته نشود، وسوسه‌ها باقی می‌ماند: آنها برای درگیر کردن و درگیر شدن (انتقال و انتقال متقابل) یکدیگر بهبودی کند صورت می‌گیرد و ممکن است به بی‌تابی و از خود بدر شدن یکی یا هر دو منجر شود.

مثال: «مراجع دختری ته‌تقاری و ۳۰ ساله است و وابستگی پدر ۷۰ ساله به او مانع از ازدواجش گردیده است. تردیدهای عاطفی در جدا شدن و قطع و وصل‌های بی‌رویه و غیر منطقی عاطفی پدر در او طنین‌انداز می‌شود».

مراجع: احساس می‌کنم وقتی اینجا می‌آیم آرام می‌گیرم، احساس دیگری پیدا می‌کنم.
درمانگر: منظورتان چیست؟

مراجع: فکر می‌کنم وقتی نمی‌آیم یک چیزی کم دارم. این دسته گل را برای شما خریدم. تا به حال هیچ‌کس را به این اندازه دوست نداشته‌ام می‌ترسم از دست من ناراحت شوید امروز وقت گرفتم آدمم شما را ببینم، چطور بگویم اگر شما را نمی‌دیدم ناراحت بودم.

د - این حالت را در بیرون از اینجا هم دارید وقتی مدتی با فردی یا جایی رفت و آمد می‌کنید به او وابستگی پیدا می‌کنید؟

م - درست است، نسبت به یکی از دبیران دبیرستانم و یکی از پزشکانی که پیش او می‌رفتم وابسته شدم. چندبار بدون اراده به دعوت دوستانم به خانه‌شان رفته‌ام، در حالیکه دعوت آنها یک تعارف ساده بوده است.

د - شما برای درمان همین حالات اینجا می‌آئید، اگر در رابطه با من منطقی و راحت باشید بیرون از اینجا هم آرام و منطقی خواهید شد. در این مثال خریدن دسته گل، ابراز دوستی، اظهار ناراحتی از دوری، حالات و احساساتی است که او در وابستگی با اطرافیان بویژه پدر تجربه کرده است و ناخودآگاه درمانگر را درگیر آنها می‌سازد و درمانگر با گفتن این جمله: «این حالت را در بیرون از اینجا هم دارید» از درگیر شدن با مراجع خودداری می‌کند و او را از درگیر کردن خویش باز می‌دارد.

◇ واژه: تاب آوردن و بی‌تفاوت ماندن

معادل: انگلیسی Neutrality، فرانسه Neutralite، آلمانی Neutralitat.

شرح: تاب آوردن و بی‌تفاوت ماندن رویه و رفتاری است که درمانگر در هنگامه‌های رویارویی (انفرادی یا گروهی) از خود نشان می‌دهد. در این حال از دخالت باوری‌های اخلاقی، اجتماعی، اعتقادی و عملی خود در حالات، رفتار و گفتار خویشتن پرهیز می‌کند و تحت تأثیر باورهای، اخلاقی، عاطفی، اجتماعی، اعتقادی و علمی مراجع قرار نمی‌گیرد. شیوه تاب‌آوری و بی‌تفاوتی درمانگر با گوش دادن، دقت کردن، توجه داشتن، به مراجع همراه است: گوش دادن با دقت در روان‌درمانی، بویژه در روانکاو، بیش از حد اهمیت دارد تا جایی که برخی روانکاو را هنر گوش دادن تعریف کرده‌اند.

مثال: مراجع دختر ۲۵ ساله‌ای است که بر اثر فشار بیش از حد پدر و مادر از تحصیل بازمی‌ماند، پس از اولین تجدید در دوره راهنمایی مورد سرزنش و تمسخر قرار می‌گیرد، درمانگر تاب‌آوری و بی‌تفاوتی خود را با طرح پرسش‌هایی نشان می‌دهد که به جای آگاهی و توضیح دادن به پاسخ دهی مراجع و آگاهی‌یابی او از خود منجر می‌شود و درمان با گسترش آگاهی او از خود صورت می‌گیرد، به طوری که در آخرین پاسخ درمانگر را تبرئه می‌کند.

مراجع: احساس می‌کنم به هیچ چیز اعتقاد ندارم، به همه شک می‌کنم، بدبین هستم.
درمانگر: منظورتان از بدبینی چیست؟

م - به شما، به پدر و مادرم، به معلمین، به خویشاوندان اعتماد ندارم، همه‌شان دروغ می‌گویند.

د - منظورشان از دروغ گفتن چیست؟

م - مسخره کردن، فریب دادن، شما مرا با پرسش‌هایتان مسخره می‌کنید.

د - منظور من از مسخره کردن شما چیست؟

م - شما نکنید، معلمین و پدر و مادرم که می‌کنند؟

در این مثال، اظهار بدبینی، دروغ‌گوئی، اعتماد نداشتن به معلمین و پدر و مادر، اعتقاد به مسخره شدن از طرف آنها درگیری‌هایی است که مراجع با دیگران دارد، ناخودآگاه می‌خواهد درمانگر را درگیر کند.

واژه: بی‌تابی، از خود بدر شدن

معادل: انگلیسی Acting out، فرانسه Passage a l'acte، آلمانی Agieren

شرح: بی‌تابی کردن و از خود بدر شدن مراجع در هنگامه‌های درگیری، با نشان دادن حالت و رفتاری ناگهانی، بی‌اختیار، بروز می‌کند: قطع ناگهانی ارتباط، شتاب‌زدگی، فریاد کشیدن، قهر کردن، خشمگین شدن، ادامه ندادن، دیر آمدن، زود رفتن، نیشخند زدن، ناسزا گفتن، نمودهایی از بی‌تابی است. در هنگامه‌های بی‌تابی مراجع دستخوش اوهام، نیازها و خاطرات تلخ و شیرین گذشته می‌شود و آنها را در رابطه با درمانگر به نمایش می‌گذارد. بی‌تابی نشان تشدید درگیری است و اگر در فضای درمان و بیرون از فضای درمان تکرار شود، نمایشگر بحرانی و حاد بودن وضعیت مراجع است.

مثال: مراجع دختر اول خانواده از نوجوانی بر سر رفت و آمدها به مدرسه و با دوستان مورد سؤال مادر قرار می‌گرفته و بیشتر به نزاع منجر می‌شده است. درگیری‌های خود را با مادر، در رابطه با درمانگر با بی‌تابی نشان می‌دهد:

(مراجع دیر آمده است) پس از چند گفتگو:

درمانگر: منظور از دیر آمدن چه بود؟

مراجع: (مشت روی میز می‌زند) با مادرم - آره با مادرم دعوام شد، (گلدان روی میز را می‌اندازد) با شتاب به طرف در خروجی می‌رود، آره می‌خواهم با همه دعوا کنم، در حال خروج فریاد می‌زند شما از جان من چه می‌خواهید از من می‌پرسید چرا دیر آمدی چرا چنین کردی، منظور چه بود، کجا بودی؟

د - گلدان شکسته شد.

م - بجهنم، می‌خواستم تو سر شما بزنم.

در این مثال؛ زدن مشت روی میز، انداختن گلدان، فریاد دعوایگری، از جان من چه می‌خواهید، اعتراض به مورد سؤال قرار گرفتن، حالات و رفتارهایی است که در رابطه با مادر تجربه و تکرار شده و اکنون در رابطه با درمانگر با بی‌تابی نشان می‌دهد. برای کاهش بی‌تابی مراجع را به خانواده درمانی و یا گروه درمانی همراه با کسانی که با او درگیری بیشتری داشته‌اند، دعوت می‌کنیم.

فصلنامه تازه‌های روان‌درمانی پیشنهادات را می‌پذیرد