

## گشتالت درمانگری

## Gestalt Therapy

محمد تقی دلخوش  
دانشگاه آزاد اسلامی  
واحد تهران جنوب

- گشتالت درمانی
- شکوه نوایی نژاد، آزاده فرقدانی و نجمه سدرپوشان
- انتشارات فراروان
- ۱۳۸۷، ۲۰۰ صفحه، ۲۰۰۰ نسخه، ۲۵۰۰۰ ریال

«گشتالت درمانی یک روش پدیدارشناسی و مبتنی بر رویکرد وجودی است که بر روی عواملی مانند تجارب انسان (به عنوان منبع اطلاعات)، مسئولیت افراد، توانایی آنها برای تعیین تجارب زمان حال و نیز تجارب مراجع و درمانگر تأکید می‌کند. هدف کلی این رویکرد، آگاهی فرد از دیگران و محیطی است که در شکل‌گیری شخصیت او سهیم بوده‌اند.» عبارتهای بالا، برگرفته از فصل اول کتاب بدون مقدمه «گشتالت درمانی» تألیف شکوه نوایی نژاد، استاد شناخته شده مشاوره با همکاری آزاده فرقدانی و نجمه سدرپوشان است، که توسط انتشارات فراروان در ۲۰۰ صفحه، در سال ۱۳۸۷ برای نخستین بار انتشار یافته است.

## مروری بر اثر

کتاب شامل یازده فصل، واژه‌نامه و منابع است؛ به همین اختصار. فصل اول به جستجوی بنیادهای گشتالت درمانی می‌پردازد. در فصل دوم مفاهیم اصلی طرح شده‌اند و فصل سوم با عنوان «سایر مفاهیم مهم در گشتالت درمانی» مشخص شده است. در فصل چهارم نظریه شخصیت در گشتالت درمانی به میان آمده است. فصل پنجم به موضوع منابع مشکل‌زا از دیدگاه گشتالت‌درمانی معطوف شده است. در فصل ششم «روان‌درمانی در رویکرد گشتالت» به بحث کشیده شده است و مکانیزمهای روان‌درمانی عنوان فصل هفتم است. اما فصل هشتم مهمترین فصل کتاب است و در خلال آن تمرینها و فنون گشتالت‌درمانی توضیح داده شده است. هفت قاعده مهم در ارتباط با تمرینهای مربوط به زبان و گفتار و مجموعه‌ای از فنون در این فصل گرد آمده‌اند. فصل نهم به گشتالت‌درمانی گروهی و فصل دهم به گشتالت‌درمانی خانواده اختصاص یافته‌اند. در فصل پایانی به چشم‌اندازهای گشتالت‌درمانی پرداخته شده است.

## کاستیهای اثر

برای کتاب نه مقدمه‌ای تمهید شده و نه پیشگفتاری ارائه شده است. در انتها به یک واژه‌نامه محدود انگلیسی - فارسی اکتفا شده و نمایه مؤلفان و نمایه موضوعی نیز تهیه نشده است. سازماندهی فصلهای کتاب از چند نظر قابل انتقاد است.

حجم اغلب فصلها محدود (برای نمونه فصل هفتم ۹ صفحه، فصل ششم ۱۰ صفحه، . . .) و نامتوازن (میانگین فصلهای اول تا هفتم ۱۴ صفحه، و فصل هفتم ۳۸ صفحه) است.

سازمان‌دهی موضوعها در قالب شماری از فصلها می‌تواند منطقی‌تر شود. طبقه‌بندی مباحث در فصلهای دوم و سوم می‌تواند تغییر کند و یا ادغام شوند. همچنین «مفهوم خود» [خود و کنشهای خود] در فصل چهارم قابل الحاق به این دو فصل است. فصل هشتم نیازمند یک بازنگری اساسی برای رفع پهلوی هم‌گذاری مفاهیم است.

هر چند به درستی در فصلهای نهم و دهم به گشتالت‌درمانگری گروهی و گشتالت‌درمانگری خانواده پرداخته شده، اما افزودن فصلهایی با عنوان «گشتالت‌درمانگری با کودکان و نوجوانان» و «گشتالت‌درمانگری در قلمرو سازمانی»، بر ارزش کار خواهد افزود. همچنین جا برای طرح مباحثی مانند «روش‌شناسی در گشتالت‌درمانگری»، «گشتالت‌درمانگری در حیطة آسیبهای روانی» و یا «انعطاف گشتالت‌درمانگری در بافتارهای فرهنگی» در کتاب وجود دارد.

محتوای کتاب از حیث منابع فقیر و برخی از استنادها ناموجه‌اند. منابع فارسی فی‌الجمله در باب نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانگری هستند، موضوع اختصاصی آنها گشتالت‌درمانگری نیست و حذف آنها نه تنها خلل چندانی به محتوای کتاب وارد نمی‌کرد بلکه امکان اجتناب از برخی استنادهای غیر ضروری را فراهم می‌ساخت. برای نمونه، «... گفته می‌شود که جمعیت سوگواران و دوستارانش آنقدر زیاد بود که گارد پلیس مجبور شد تا برای برقراری نظم، مداخله کند (کرسینی، ۱۹۷۳؛ کوری، ۱۹۹۶؛ شفیع‌آبادی، ۱۳۸۱؛ پروت، ۲۰۰۳؛ آرین، ۱۳۸۲؛ ژیان باقری، ۱۳۸۵)».

در شماری از منابع انگلیسی نیز به منابع غیر تخصصی ارجاع شده، برای نمونه، رجوع به ویکیپدیا به جای مراجعه به دایره‌المعارفهای روان‌شناسی . . . . یا ذکر منابع ناوارد، برای نمونه، [www.google.com](http://www.google.com) یا [www.yahoo.com](http://www.yahoo.com) برای به روز کردن کتاب به واسطه آنها (جدیدترین منابع عبارتند از: گوگل، ۲۰۰۶؛ یاهو، ۲۰۰۶؛ ویکیپدیا، ۲۰۰۶).

برخی از معادلهای فارسی برای اصطلاحهای تخصصی (که در واژه‌نامه آمده) پیشنهاد می‌شود. گشتالت‌درمانگری به جای گشتالت‌درمانی برای gestalt therapy، بازیگردان به جای سلطه‌جوی برای manipulator، خودنظم‌جویی به جای خودنظمی برای self-regulation، هراس به جای ترس برای phobia، بنیادی به جای همه‌جانبه برای radical، ارتجالی یا خودجوش به جای خودانگیختگی برای spontaneity، خودرهنموددهی به جای خودگردانی برای self-direction، خودحمایتگری به جای خودحمایتی برای self-support، ضربه به جای ضایعه حاد روانی برای trauma . . .

## برجستگی اثر

اغلب رئوس مطالبی که در زیر عنوان کتاب گشتالت‌درمانگری می‌توان جست، در کتاب آمده است. هر چند با توجه به محتوای مطالب، الحاق برچسب «مختصر» به عنوان کتاب مناسب‌تر است. در عین حال کتاب برای دانشجویانی که به مطالعه و دریافت کلی مفاهیم گشتالت‌درمانگری علاقه‌مند هستند، می‌تواند مفید باشد.

## سخن آخر

اگر کهن استادان، با عرضه کارهای پُر توش و توان‌تر، بیش از این مقام استادی را پاس بدارند، نورسیدگان به مرتبه‌های دانشگاهی با آسان‌گیری و خودباوری کاذب، از همان آغاز به پایان نمی‌رسند.