



از مولانا تا راجرز

«مولوی» و «راجرز»، دو شخصیت برجسته‌ای هستند که اگرچه به لحاظ تاریخی، حدود هفت قرن از یکدیگر فاصله داشتند، اما دیدگاه‌های زیبایی از «فرآیند انسان‌شدن» را ارائه داده‌اند. «مولوی» انسان‌گرایی معنوی‌نگر، ضمن نگاهی رازآلود و حیرت‌زا به انسان، با صفای آینه‌ی باطن و انقلاب درونی خویش، توانست گام‌هایی تا رسیدن به انسان کامل را ناباورانه بردارد و الگویی شد که نام، آثار و اشعارش، قرن‌هاست آتش به خرمن سوختگان عالم می‌زند و «راجرز» انسان‌گرایی تجربی‌نگر، در روزگار قحطی انسان، از خودشکوفایی و «هنر انسان‌شدن» سخن گفت و نقش جامعه را در خودشکوفایی، امری کلیدی معرفی کرد و بر این باور بود که در جوامعی که شخص از هم‌خوانی، توجه مثبت بی‌قید و شرط و همدلی برخوردار باشد، می‌تواند به سوی خودشکوفایی پیش‌رود. اما از منظر «مولانا»، رسیدن به نور خدایی و اشراق و شهود باطنی، پایان نقطه‌ی خودشکوفایی‌ست که مراحل آن در سلسله‌مقالات پیش‌رو به گونه‌ی زیبایی مورد تحلیل روان‌شناختی قرار گرفته است. در این شماره به مختصری از شرح حال و زندگی‌نامه‌ی «راجرز» می‌پردازیم:

کیستی راجرز (زندگی و زمانه)

«کارل رانسوم راجرز» در هشتم ژانویه ۱۹۰۲ در شهر «اوکیارک» واقع در ایالت «ایلی نویز» از توابع «شیکاگو» به دنیا آمد. او فرزند چهارم از شش فرزند خانواده بود. پدرش مهندس راه‌وساختمان بود. فضای خانواده‌ی آنان، یک فضای کاملاً مذهبی بود. «کارل راجرز»، ۱۲ ساله که شد، به اتفاق خانواده به یک مزرعه در غرب «شیکاگو» نقل مکان کرد. هدف اصلی پدر و مادر او از این مهاجرت، دورنگه‌داشتن فرزندان‌شان از خطر نابهنجاری‌های رفتاری و اخلاقی شهر بود و این نقل مکان برای «کارل»، بسیار جالب و مهیج بود. او در این مزرعه‌ی پهناور، با پروانه‌ها و گل‌ها و گیاهان انس پیدا کرده بود و ساعت‌ها به پرورش آن‌ها مشغول بود. زندگی در مزرعه‌ای که کشاورزی به علمی‌ترین شکل آن صورت می‌گرفت، سبب شد که او یک نگرش علمی نسبت به پدیده‌های پیرامون خود پیدا کند. بعد از گرفتن دیپلم در سال ۱۹۱۹ برای تحصیل در رشته‌ی کشاورزی وارد دانشگاه «ویسکانسین» شد. حدود سه‌سال از تحصیل او در این رشته می‌گذشت که از طرف دانشگاه برای شرکت در همایش مذهبی دانشجویان جهان به «پکن»، پایتخت «چین» اعزام شد. در این سفر شش‌ماهه، تحولات بسیاری در شخصیت «راجرز» رخ داد و جهان‌نگری او دست‌خوش دگرگونی‌های فراوانی شد؛ از تفکر مذهبی مشرق‌زمین، به شدت متأثر شد تا جایی که پس از بازگشت به آمریکا، تغییر رشته داد و به منظور کشف شدن، وارد دانشکده‌ی الهیات «نیویورک» شد. از آن‌جا که الهیات نیز نمی‌توانست آرمان‌های بلند او را جامعه‌ی عمل ببوشاند، دوباره تغییر مسیر داد و به تحصیل در رشته‌ی روان‌شناسی پرداخت. پس از انجام تحقیقات و پژوهش‌های فراوان در این عرصه، سرانجام در سال ۱۹۳۱ به اخذ درجه‌ی

دکترای روان‌شناسی پرورشی و بالینی از دانشگاه تربیت معلم «کلمبیا» نائل آمد. در سال ۱۹۴۶ به ریاست انجمن روان‌شناسی آمریکا برگزیده شد و در سال ۱۹۵۷ به‌عنوان استاد دانشگاه «ویسکانسین» به تدریس پرداخت. در عین حال، کار بالینی با بیماران روانی را نیز انجام می‌داد. سرانجام در چهارم فوریه ۱۹۸۷ در سن ۸۵ سالگی بر اثر حمله‌ی قلبی درگذشت. پاره‌ای از روان‌شناسان از سه «راجرز» سخن می‌گویند: راجرز دانشمند، راجرز روان‌درمان‌گر و راجرز نظریه‌پرداز به‌نظر آنان، «راجرز» قبل از هر چیز، یک دانشمند است.

خدایان

یکی از عوامل مهمی که به جهان‌شمولی نظریه‌ی «راجرز»، کمک فراوان نموده و وجهه‌ی او را متفاوت از دیگر روان‌شناسان نشان داده، ایجاد پل ارتباطی بین تفکر شرق و غرب بوده است. در واقع، «راجرز» عرفان شرق را با عقلانیت خود، یعنی بنیاد غرب تلفیق کرده و یک رویکرد نو و به‌نسبت جامع، درباره‌ی انسان و جامعه ارائه داده است:

الف- خدایان غربی

زیربنای اندیشه‌ی «راجرز» به‌طور اساسی مذهبی‌ست. شاید یکی از عوامل مهمی که موجب شد «راجرز» به فرهنگ و تمدن شرق تمایل پیدا کند، یادبودهای مذهبی دوران کودکی‌اش بود اما او خود را محدود به یک فرهنگ یا مذهب خاص نکرد؛ مدام افق‌های فکری‌اش را گسترش می‌داد و از مکاتب فلسفی گوناگون متأثر می‌شد تا جایی که نظریه‌ی

«مرجع‌محوری» را به «شخص‌محوری» تغییر داد و با این نگرش که «هرشخصی، معمار زندگی خویش است»، بر استقلال همه‌جانبه‌ی افراد و رهایی آنان از قید و بندهای جهان اطراف تأکید کرد. همچنین به مکتب انسان‌گرایی گرایش پیدا کرد و پای مکتب «اصالت وجود» را نیز به نظریه‌ی خود باز کرد.

■ ب- خدایان شرقی

«راجرز» علاقه‌مندی و تأثیرپذیری خود را از فلسفه و مذاهب گوناگون مشرق‌زمین، آشکارا در آثار خود آورده است. به‌جرات می‌توان اظهار کرد که ریشه‌ی مثلث درمان او (همدلی، صمیمیت و گرمی) را -آن‌طور که پرتب‌وتاب و بالشتیاق تمام، آن را محور کار بالینی خود قرار داد- تنها در مکاتب فلسفی مشرق‌زمین می‌توان جست‌وجو کرد. خودش اذعان می‌کند: «به‌خوبی می‌دانم که طرز فکر و دیدگاهم، عجیب است و تا حدودی رنگ و بوی شرقی دارد.»

■ نظریه‌ی شخصیت

■ ماهیت انسان

یکی از پیش‌فرض‌های مهم نظریه‌ی شخصیت «راجرز»، اعتقاد به سلامت ماهیت انسان است. «راجرز» معتقد بود که انسان‌ها، به‌طور فطری سالم هستند، از اراده‌ی آزاد برخوردارند، پیش‌رونده، اجتماعی، منطقی و واقع‌بین هستند و به‌سوی اهداف برتر گام برمی‌دارند. از طرفی دیگر «راجرز» منکر وجود برخی عواطف و امیال منفی وجود انسان نبود، اما بر این باور بود که این قبیل عواطف ناخوشایند، جزو علایق و انتخاب‌های انسان نیست و اگر افراد، رفتارهای نابه‌هنجاری از خود نشان می‌دهند و برخلاف ماهیت سالم خود عمل می‌کنند، معمولاً شرایط نامناسب زندگی و محیط ناامن، زمینه‌ی وقوع چنین رفتارهایی را فراهم می‌سازد.

■ تکامل خویشتن

مفهوم «خویشتن» در نظریه‌ی «راجرز»، اساسی‌ترین و مهم‌ترین مفهوم است. به‌نظر «راجرز»، هنگامی که نیازهای فیزیولوژیک کودک به رشد نهایی خود می‌رسد، به‌تدریج نیازهای اجتماعی در او بروز و ظهور می‌یابد و هم‌زمان «خود» او، شروع به رشد می‌کند. این بخش جدید، به‌وسیله‌ی کلماتی چون «من، مرا و خودم» تعریف می‌شود. به این ترتیب کودک، خود را به‌عنوان موجودی جدا و مستقل از دیگران می‌بیند. کم‌کم «خودپنداره» -تصویر یا برداشت فرد از خودش- در او شکل می‌گیرد. «راجرز»، «خودآرمانی» را نقطه‌ی مقابل «خودپنداره» می‌داند. «خودآرمانی» شامل تمام چیزهای خوب و مثبتی است که فرد در خود ندارد اما آرزومند دست‌یافتن به آن است. اگر بین این دو خود، عدم توافق و ناهمخوانی وجود داشته باشد، شخصیت فرد، به‌طور ناسالمی رشد خواهد کرد.

■ فرآیند ارزش‌گذاری ارگانیک

به‌هنگام تولد، ارگانیکسم انسان به پدیده‌هایی که خوشایند او باشد و به رشد او کمک کند، نمره‌ی مثبت و به چیزهایی که مانع رشد و شکوفایی اش

شود، نمره‌ی منفی می‌دهد. این روند ارزش‌گذاری به‌وسیله‌ی داوردرونی، از همان اوایل کودکی به انسان می‌آموزد که وقایع و رخدادهایی را که مدافع و موافق طبع اوست، مغتنم بشمارد و از اوضاع آزاردهنده و نابه‌سامانی که شخص را به پس‌روی سوق می‌دهد، دور کند.

■ شرایط ارزش

شرایط ارزش، به‌وسیله‌ی داوران محیطی و خارج از انسان تعیین می‌شود و فرد، مجبور است برای کسب محبوبیت و توجه دیگران، آن‌ها را رعایت کند. با این وجود، او خود را تنها زمانی ارزشمند، مفید و محترم می‌داند که مطابق خواست دیگران رفتار کند. به‌نظر «راجرز»، شخصی که تا این حد از شرایط ارزشی جامعه و دیگران تبعیت می‌کند، هیچ سهمی از منشور خود شکوفایی ندارد.

■ توجه مثبت

توجه مثبت، عبارت است از نیاز به دوست‌داشتنی‌بودن، باارزش‌بودن و تأییدشدن از طرف دیگری. اگر کودک برای آن‌چه که انجام می‌دهد، بدون هیچ قید و شرط و معامله‌ای مورد پذیرش و توجه اطرافیان قرار گیرد، توجه مثبت نامشروط را تجربه خواهد کرد که در این حال، حرمت نفس غیرمشروط در او رشد می‌کند و به‌سوی فعلیت‌بخشیدن استعدادهای بالقوه‌ی خود، پیش‌می‌رود.

■ آسیب روانی

«راجرز»، علت عمده‌ی وقوع آسیب روانی را ناهمخوانی بین «خود واقعی» و «خود ایده‌آل» می‌داند. در این حال، فرد در مقابل فشارها، آسیب‌پذیر گشته و جنبه‌های ناسازگارانه در او تقویت می‌شود. مکانیزم‌های دفاعی هم‌چون تحریف، انکار و... شروع به فعالیت می‌کند تا خودپنداره را در مقابل اضطراب و تهدید محافظت کند و سازگاری از دست‌رفته را به شخص بازگرداند. موضع‌گیری روانی افراد در برابر این ناهمخوانی، به‌طور معمول به دو شکل «روان‌رنجور» و «روان‌پریش» صورت می‌گیرد. هنگامی که بین خویشتن و تجربه‌هایی که در شرف وقوع هستند، ناهماهنگی بیش از حد متوسط رخ دهد، فرد رگه‌هایی از اضطراب ناخوشایند را احساس خواهد کرد که ممکن است در برنامه‌های عادی روزانه‌ی او اختلال ایجاد کند. در این صورت فرد، واکنش روان‌رنجور از خود نشان می‌دهد اما اگر بین خودپنداره‌ی شخص و تجربه‌پذیری او به میزان بسیار زیاد، ناهماهنگی ایجاد شود، به‌صورتی که ارتباط فرد با واقعیت قطع شده و کاری از دست مکانیزم‌های دفاعی برنمی‌آید، در این حالت، تورم اضطراب، شخصیت فرد را دچار فروپاشی و از هم‌گسیختگی می‌کند و واکنش فرد، روان‌پریشانه خواهد بود.



سعید عبدالملکی
روان‌شناس و مشاور
s_abdolmalaki@yahoo.com



جهت تهیه‌ی کتاب، با دفتر مجله تماس بگیرید.