

نقد مبانی انسان‌شناختی سبک زندگی در نظریه روان‌شناسی فردنگر آدلر از دیدگاه اسلام

امیر قربان پور لقمجانی*

چکیده

سبک زندگی، تعیین‌کننده‌ی جهت‌گیری انسان به زندگی است است که نخستین بار در روان‌شناسی، توسط آلفرد آدلر مطرح شد. دیدگاه انسان‌شناختی آدلر بر شکل‌گیری مفهوم سبک زندگی اثرگذار بوده است. از نظر آدلر انسان موجودی اجتماعی است که مهم‌ترین انگیزه‌اش غلبه بر حقارت و نیل به کمال در زندگی با تکیه بر اراده آزاد است. همچنین انسان نسبت به ارزش‌های اخلاقی ماهیتاً خستنی است و ارزش‌های اخلاقی اموری واقعی نیستند. با توجه به دیدگاه انسان‌شناختی و شرایط اجتماعی و فرهنگی زیست‌وی، که تفاوتی اساسی با جامعه اسلامی ایرانی دارد نقد و بررسی این نظریه با توجه به مبانی فکری اسلام ضرورت دارد. از منظر اسلام، انسان موجودی دو بعدی (مادی-معنوی) است که رابطه‌اش فقط به محیط اجتماعی محدود نمی‌شود و با خود، خدا و طبیعت نیز رابطه دارد. همچنین اراده‌ی انسان در طول اراده خدا قرار دارد و متعاقب این اراده، مسئول رفتارهای خویش است. از منظر اسلام هدف زندگی عبادت خدا و نیل به قرب الی‌الله است. به گونه‌ای که اگر تمامی افعال جوارحی و جوانحی انسان مسلمان برای خدا و رضای او باشد، یعنی نیت وی از انجام کارها فقط رضای خداوند باشد، به خداوند نزدیک و هدف خلقت وی محقق خواهد شد.

کلیدواژه‌ها: سبک زندگی، نظریه آدلر، انسان‌شناسی، اسلام

* استادیار مشاوره، عضو هیئت علمی دانشگاه گیلان، رشت، ایران، qorbanpoorlafmejani@guilan.ac.ir

تاریخ دریافت: ۱۳۹۸/۱۰/۰۲، تاریخ پذیرش: ۱۳۹۹/۰۴/۱۴

۱. مقدمه

انسان موجودی است فعال و هدفمدار که در مسیر زندگی به پیش می‌رود. انسان در زندگی به دنبال ارضای نیازهای مختلفی از جمله نیازهای جسمانی، اقتصادی، روانی و ذهنی و اجتماعی است. هدف‌ها و نیازها از جمله محرک‌های انسان هستند. انسان برای نیل به هدف‌های زندگی باید خط مشی معین و مشخصی داشته باشد که به آن شیوه‌ی زندگی یا سبک زندگی می‌گویند (شفیع آبادی، ۱۳۹۱: ۴۵۰). در روان‌شناسی نخستین بار اصطلاح سبک زندگی (Life Style) در نظریه‌ی روان‌شناسی فردنگر آلفرد آدلر مطرح شد.

سبک زندگی تکیه کلام نظریه‌ی آدلر بود. افراد بر اساس سبک زندگی خاص خود ایفای نقش می‌کنند. سبک زندگی تعیین‌کننده‌ی بی‌همتایی شخصیت فرد و ارائه‌دهنده‌ی اندیشه و افکار آدلر بود. شیوه‌ی زندگی مهم‌ترین عاملی است که انسان اساس زندگی‌اش را بر اساس آن تنظیم می‌کند و حرکتش را در جهان و زندگی مشخص می‌کند (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۹۲: ۹۳).

سبک زندگی به مسائلی می‌پردازد که متن زندگی انسان را در دنیا شکل می‌دهد. به عبارتی دیگر وقتی از سبک زندگی یا چگونه زیستن سخن گفته می‌شود، تمام مسائلی را که آدمی در جریان زندگی با آن مواجه است باید مد نظر قرار داد و از این رو گستره‌ی سبک زندگی، عرصه‌ی وسیعی از رفتارهای آدمی در ارتباط با خود، خانواده، جامعه و حتی طبیعت را در بر می‌گیرد (پور امینی، ۱۳۹۲: ۱۷).

بنابراین با توجه به اهمیت مفهوم سبک زندگی، پرداختن به آن در بستر فرهنگ و ارزش‌های اسلامی ایرانی کشورمان یک ضرورت است چرا که نظریات روان‌شناختی در خلأ ایجاد نمی‌شوند بلکه به وجود آمدن آنها مبتنی بر یک سلسله اصول و پایه‌های تاریخی، اجتماعی، فلسفی و شخصی است. نظریه‌ها، شخصیت نظریه‌پرداز و نیازهای او را منعکس می‌کنند و محصول زمانی‌اند که در آن به ظهور می‌رسند. نیروهای تاریخی و اجتماعی بر نظریه پرداز تأثیر می‌گذارند و فلسفه‌ی نظریه پرداز نیز در پدید آمدن نظریه نقش دارد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۹۲: ۹).

تمامی نظریاتی که در حوزه‌ی روان‌شناسی یا مشاوره و به طور کلی علوم اجتماعی و انسانی در دانشگاه‌های ایران تدریس می‌شوند غالباً ترجمه‌ی آثاری است که در کشورهای غربی و به طور خاص امریکا و کشورهای اروپایی تولید شده‌اند و همان آثار ترجمه شده بدون کمترین دخل و تصرف به دانشجویان تدریس می‌شود. از آنجائیکه ما در کشوری

اسلامی زندگی می‌کنیم که دیدگاهی خاص نسبت به جهان و انسان و ارزش‌ها و زندگی بر آن حاکم است لازم است تا نظریات روان‌شناسی و مشاوره از منظر مبانی دین اسلام مورد نقد و بررسی قرار گیرند تا انطباق بهتری با فرهنگ اسلامی ایرانی کشورمان داشته باشند. در اینصورت به نظر می‌رسد که کارایی این نظریه‌ها بیشتر خواهد شد. بنابراین در نظر گرفتن بافت فرهنگی و مذهبی مردم ایران و نقد نظریه‌های مشاوره بر اساس باورهای غالب مردم (که همان آموزه‌های دین اسلام است) باعث می‌شود که نظریه‌های مشاوره از جمله آدلر با در نظر گرفتن زمینه‌های فرهنگی و ارزشی جامعه ایران مورد استفاده قرار بگیرند. از نظر مشاوره‌ی چند فرهنگی این کار یکی از دستورات عمل‌هایی است که باید در دستورکار مشاوران قرار بگیرد. زیرا رویکردهای درمانی که امروزه در کتاب‌های مختلف مشاوره‌ای عرضه می‌شوند، از فرهنگ اروپایی - امریکایی سرچشمه گرفته‌اند و بر یک رشته ارزش‌های خاص استوارند. لذا این رویکردها در مورد مراجعانی که پیشینه‌ی نژادی، قومی و فرهنگی و حتی مذهبی متفاوتی دارند کاربرد قطعی ندارد زیرا این رویکردها از لحاظ ارزشی بی‌طرف نیستند و در مورد تمام انسان‌های روی کره‌ی زمین قابلیت کاربرد ندارند (کوری، ۲۰۰۹: ۴۳).

نظریات روان‌شناختی به طور خاص و نظریات علوم انسانی به طور عام، به دلیل وجود مبانی غیردینی و بنیادهای سکولار و اومانستی قابلیت انطباق کامل با فرهنگ اسلامی را ندارند و راه اصلاح این آسیب‌ها نیز جایگزینی مبانی و بنیادهای فلسفی و تئوریک اسلامی است هم برای تفسیر اسلامی از نظریه‌ها و هم برای تحقق و تولید علوم انسانی اسلامی (خسروپناه، ۱۳۹۲: ۱۷). مفهوم سبک زندگی نیز همینگونه است و بی‌شک به دلیل تأثیرپذیری خود نظریه از مبانی هستی‌شناسی، انسان‌شناسی، ارزش‌شناسی و معرفت‌شناسی عصر مدرنیزم، این مفهوم نیز از این مبانی تأثیر پذیرفته است. در واقع می‌توان گفت که این مفهوم نیز بر پایه‌ی مبانی خاصی استوار است که یکی از این مبانی دیدگاه انسان‌شناختی آدلر است.

مؤلفه‌ها و اعتقادات مربوط به سبک زندگی از نظر آدلر به چهار گروه تقسیم می‌شوند که عبارت‌اند از: ۱- مفهوم خود یا خویش‌پنداری، یعنی این اعتقاد که من کیستم. ۲- خود آرمانی یعنی این اعتقاد که من چه باید باشم. ۳- تصویر جهان یعنی اعتقاد فرد درباره‌ی اطرافیان و محیط و دنیا. ۴- اعتقادات و مقررات اخلاقی یعنی مجموعه‌ی چیزهایی که

فرد درست یا غلط می‌داند (شفیع آبادی، ۱۳۹۲؛ شیلینگ، ترجمه ی آرین، ۱۳۸۴: ۱۰۵؛ یوهانسن، ۲۰۱۰؛ ترجمه ی براتی سده، ۱۳۹۳: ۴۶).

نگاهی به مؤلفه‌های سبک زندگی آدلر نشان می‌دهد که دو مؤلفه‌ی اول از آنها یعنی چیستی انسان (خودپنداره) و چگونگی انسان (انسان آرمانی یا بایسته) به طور مستقیم به بحث انسان‌شناسی بر می‌گردد. بنابراین سخن گفتن از سبک زندگی در نظریه‌ی آدلر بدون توجه به مبانی انسان‌شناختی وی امری ناصواب است. زیرا مفهوم سبک زندگی اساساً پیرامون زندگی انسان مطرح می‌شود و اصولاً این مفهوم درباره‌ی زندگی حیوانات موضوعیتی ندارد. تضاد مبانی نظریات روان‌درمانی و مشاوره با اعتقادات و مبانی دینی و اعتقادی مردم ایران در دستورالعمل‌هایی که مشاوران به مراجعان تجویز می‌کنند هویدا می‌شود و کارایی این روش‌های مشاوره‌ای را کم خواهد نمود. به همین دلیل باید این نظریات را به دقت تحلیل و نقد نمود و جنبه‌های مثبت و قابل کاربرد آن را مورد استفاده قرار داد. بنابراین با توجه به مباحث فوق سؤالی که در پژوهش حاضر به دنبال پاسخگویی به آن هستیم این است که اولاً سبک زندگی در نظریه‌ی آدلر به چه معناست؟ ثانیاً دیدگاه انسان‌شناختی آدلر چیست و ثالثاً نقدهای وارده بر این مبانی از نظر اسلام چیست؟

۲. روش تحقیق

روش تحقیق پژوهش حاضر در چارچوب تحقیقات توصیفی-تحلیلی قرار دارد که هدف آن بررسی و نقد مبانی انسان‌شناختی سبک‌زندگی در نظریه روان‌شناسی فردنگر آدلر است. این تحقیق دو مرحله دارد: در مرحله اول، مفهوم سبک زندگی در نظریه آدلر مطرح خواهد شد و در ادامه دیدگاه انسان‌شناختی آدلر از منابع مختلف و موجود ارائه می‌شود. بدین منظور با مراجعه به منابعی که مشتمل بر نظریه‌های آدلر بود، دیدگاه‌های مطرح شده وی پیرامون سبک زندگی و ماهیت انسان استخراج و ارائه شد. در مرحله با استفاده از منابع اسلامی مشتمل بر آیات و روایات و نیز برخی از منابع مرتبط با بحث انسان‌شناسی دیدگاه‌های وی بررسی و مورد نقد قرار گرفت.

۳. سبک زندگی

سبک زندگی تکیه کلام نظریه‌ی شخصیت آدلر است. شخص بر اساس سبک زندگی‌اش ایفای نقش می‌کند. رفتارها تابع سبک زندگی هستند. سبک زندگی، نوع خاص واکنش افراد در برابر موانع و مشکلات را تعیین می‌کند. شالوده‌ی سبک زندگی از کودکی شکل می‌گیرد (شفیع آبادی، ناصری، ۱۳۹۲: ۹۳-۹۵). هر انسانی در زندگی مسیر خاص خودش را به شیوه‌ای منحصر به فرد طی می‌کند. سبک زندگی هر انسانی در چند هفته‌ی اول زندگی شکل می‌گیرد. نوع واکنش‌ها، رفتارها و نگرش‌های اعضای خانواده، سازنده‌ی سبک زندگی فرد است. سبک زندگی شاخصی است که به موجب آن واکنش می‌کنیم، فکر می‌کنیم، ادراک می‌کنیم و بر آن اساس رفتار می‌کنیم. روش‌هایی را که برای مقابله با چالش‌های زندگی انتخاب می‌کنیم از سبک زندگی نشأت می‌گیرند (کارلسون، واتس و مانیچی، ۲۰۰۶: ۱۲). عقاید و فرض‌های اساسی که فرد از طریق آنها واقعیت خودش را سامان می‌دهد و در رویدادهای زندگی معنا پیدا می‌کند، سبک زندگی او را تشکیل می‌دهند. سبک زندگی تمامی اعمال ما را متحد می‌کند و از تمام ارزش‌ها و برداشت‌های ما در ارتباط با خودمان، دیگران و دنیا تشکیل می‌شود. سبک زندگی روش خاص ما برای پیشروی به سمت هدف زندگی است. ما هنگام تلاش برای تحقق اهدافی که برایمان اهمیت دارند سبک زندگی خویش را می‌سازیم (کوری، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۵: ۱۰۹-۱۱۰). سبک زندگی تعیین می‌کند که یک فرد چگونه با موانع زندگی انطباق می‌یابد و چه راه‌هایی را برای نیل به اهداف زندگی خلق نماید. آدلر معتقد بود سبک زندگی در سال‌های اولیه‌ی زندگی شکل می‌گیرد و به دنبال آن فرد به شیوه‌ی خاص خود تلاش می‌کند تا به برتری یا کمال برسد. او معتقد بود که سبک زندگی بر اساس چگونگی غلبه فرد بر مجموعه‌ای از حقارت‌ها شکل می‌گیرد. سبک زندگی بعد از سالهای ۴ یا ۵ سالگی به سختی تغییر می‌کند. از نحوه‌ی مواجهه‌ی افراد با تکالیف پنجگانه‌ی زندگی یعنی رشد خویشتن، امور معنوی، شغل، تعامل با اجتماع و عشق می‌توان سبک زندگی افراد را درک نمود (شارف، ۲۰۱۲: ۱۲۷).

۴. دیدگاه انسان‌شناختی آدلر

آدلر انسان را یک ارگانیزم کلی و واحد در نظر می‌گرفت و برای تعاملش با جامعه نیز اهمیت قائل بود. از نظر وی انسان خلاق و هدف‌دار است و سرنوشت‌اش در اختیار

خودش است (شارف، ۲۱۰۲: ۱۲۶). آدلر نظریه‌ای کل‌گرا را پیرامون ماهیت انسان، بینشی خاص پیرامون جهان و انسان و یک فلسفه‌ی خاص پیرامون زندگی خلق نمود. رویکرد آدلر ماهیت انسان را از منظری اجتماعی می‌نگریست، زیرا از نظر او انگیزش بنیادی انسان ماهیتی اجتماعی دارد و به نیاز عمیق انسانی به تعلق به اجتماع انسانی متکی است. رویکرد آدلر دیدگاهی ارزش‌مدار است زیرا انسان را در قالب دیدگاهی انسان‌گرا و خوشبینانه می‌نگرد و فرض می‌کند که انسان موجودی است که ظرفیت همکاری و تعاون در درون زندگی اجتماعی اصیل و نیز قابلیت بهبود خویشتن، رشد خویشتن و تحقق خویشتن و نیز مشارکت مؤثر برای نیل سلامتی عمومی را دارد. ایده‌ی مرکزی دیدگاه آدلر پیرامون ماهیت انسان به ماهیت اجتماعی وی بر می‌گردد. او معتقد بود که سالهای اولیه‌ی زندگی اثرات عمیقی بر رشد شخصیت انسان دارد زیرا ادراک فرد پیرامون گذشته و تفسیر او درباره‌ی رویدادهای اولیه، اثری قطعی بر زندگی آتی وی دارد (آمبروس، ۲۰۰۹: ۴۰). از نظر آدلر حرکات و جنبش‌های فرد متوجه یک هدف است. این هدف‌ها و انتظارات افراد معطوف به آینده است و محرکی برای فعال کردن فرد می‌باشد. هدف‌های خیالی، علت ذهنی رویدادهای روانی هستند (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۹۲: ۸۹). هدف‌های خیالی محصول تصورات و افکار ناهشیار هستند که در واقعیت قریبه‌ای ندارند و کاملاً ذهنی هستند. بنابراین، هرچند این خیالات در دنیایی غیرواقعی شکل می‌گیرند، اما این وضعیت باعث نمی‌شود تا اهمیت آن از واقعیت‌های عینی زندگی واقعی کمتر باشند. این چنان که گویی (as if) جهان بیرونی، به صورت ارزش‌های جهان واقعی فرد در می‌آید و هدف‌های خیالی ما مربوط به آینده است. این آینده عینی نیست اما وقتی فرد آن را در زمان حال بیان یا آرزو می‌کند عینی محسوب می‌شود (ساعتچی، ۱۳۸۳: ۲۷).

آدلر بر خلاف فروید که بر تعیین‌کننده‌های زیستی و غریزی تأکید می‌کرد، معتقد بود انسان‌ها در درجه‌ی اول، توسط ارتباطات اجتماعی صاحب‌انگیزه می‌شوند. انسان در ۶ سال اول زندگی رویکردی را نسبت به زندگی می‌سازد. رفتار هدفمند و هدف‌مدار است و تمرکز درمان، بیشتر بر هشیاری است. بر خلاف فروید، وی بر انتخاب، مسئولیت‌پذیری، معنای زندگی، تلاش برای موفقیت و کمال تأکید می‌کند. از نظر وی، منبع تمام تلاش‌های انسان، عقده‌ی حقارت است و این امر یک شرایط عادی برای همه‌ی مردم است. عقده‌ی حقارت انسان را بر می‌انگیزاند تا برای موفقیت، تسلط، کامل شدن و برتری‌طلبی و سطوح بالاتر رشد، تلاش کند. از نظر آدلر رفتار انسان فقط توسط وراثت و محیط تعیین نمی‌شود

بلکه ما توانایی و ظرفیت تفسیر کردن، تأثیرگذاری و خلق رویدادها را داریم. اینکه ما انتخاب می‌کنیم که با دارایی‌های ارثی و محدودیت‌های مان‌چونه رفتار کنیم اهمیت بیشتری دارد تا ژنتیک و وراثت. آدلر‌ها معتقد بودند که شرایط زیستی و محیطی ظرفیت انسان برای انتخاب کردن و خلق کردن را محدود می‌کنند (کوری، ۲۰۰۹: ۹۸). جهت حرکت‌های فرد به سمت آینده است و در قالب غایت‌گرایی خیالی قرار می‌گیرد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۹۲: ۸۹). آدلر تحت نفوذ فلسفه‌ی ویهینگر بود و رد نظریه‌ی جبرگرایی تاریخی را در نظریه‌ی وی کشف نمود. او دریافت که بیشتر انتظارات انسان از آینده است که او را برمی‌انگیزاند نه تجربیات گذشته‌اش. آدلر همانند ویهینگر (Vaihinger) هیچ اعتقادی به تقدیر و سرنوشت نداشت و معتقد بود که خود فرد سرنوشتش آگاهانه را می‌سازد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۹۲: ۸۶). رویکرد آدلر نسبت به انسان خوش‌بینانه است و بر هشیاری و آگاهی تمرکز می‌کند. انسان اراده‌ی آزاد دارد و می‌تواند عوامل اجتماعی مؤثر بر خودش را دستکاری نماید و از آن عوامل به طور خلاقانه‌ای استفاده کند و سبک زندگی منحصر به فرد خویش را بسازد. این بی‌همتایی جنبه‌ی دیگر از دیدگاه آدلر پیرامون انسان است. اگرچه در رویکرد آدلر برخی از جنبه‌های ماهیت انسان از جمله علاقه‌ی اجتماعی و تلاش برای کمال، ذاتی هستند اما این تجربه‌ی زندگی است که تعیین می‌کند این عوامل چگونه محقق شوند. ما قربانی کودکی نیستیم. ما از تجارب کودکی استفاده می‌کنیم تا سبک زندگی مان را بسازیم. انسانها به واسطه‌ی تلاش برای جبران حقارت‌ها به رشد می‌رسند و این فرآیند از نوزادی آغاز می‌شود. احساس حقارت منبع انگیزش و تلاش است. مقصد نهایی این تلاش‌ها، کمال و برتری‌طلبی است. جهت و سمت و سوی این کمال در آینده قرار دارد. آدلر معتقد بود آنچه در آینده قرار دارد (اهداف خیالی) رفتار را می‌سازد (شولتز و شولتز، ترجمه‌ی سید محمدی، ۱۳۸۳: ۱۴۹-۱۵۰).

انسان‌ها غیرقابل تقسیم به هشیار و ناهشیار، اجتماعی و هدف‌گرا هستند که تلاش‌شان برای اهمیت داشتن، انگیزه‌ی آنها را مشخص می‌کند. در واقع، نگاه وی به انسان، نگاه کل-گرایانه و نه جزء‌گرایانه است. افراد بشر، موجوداتی اجتماعی‌اند بنابراین رفتار بشر در بافت اجتماعی آن قابل درک است. هر انسانی، ظرفیتی ذاتی به نام علاقه‌ی اجتماعی دارد. علاقه-ی اجتماعی یعنی تمایل به همکاری با دیگران برای یک صلاح عمومی. همه‌ی رفتارهای بشر دارای هدف و قصد است و هدف رفتار، توسط فرد تعیین می‌شود. انسان از کودکی احساس حقارت را تجربه می‌کند و به دنبال برتری حرکت می‌کند. از دوران کودکی، از

خود و جهان، ادراکی به دست می‌آوریم و بر اساس آن ادراک، رفتار ما تعیین می‌شود. ما انسانها آزادی انتخاب داریم و می‌توانیم و باید برای خود انتخاب کنیم. هر انسانی تمایل دارد بر اساس تفسیرهای منحصر به فردی که خود از زندگی دارد، رفتار کند. آدلر، این تفسیرهای منحصر به فرد را سبک زندگی نامید (شیلینگ، ترجمه‌ی آرین، ۱۳۸۲: ۹۶-۹۷). آدلری‌ها معتقدند در تلاش برای برتری و کمال، برخی افراد نیروی عقلانی، برخی استعداد هنری و سایرین مهارت‌های ورزشی خود را پرورش می‌دهند (کوری، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۵: ۱۱۰). منظور آدلر از برتری طلبی تلاش برای خودشکوفایی و ارتقای خود است. تلاش برای برتری طلبی و کمال ممکن است به هزاران شکل تجلی کند و هر فردی شیوه خاص خود را برای کمال دارد. افراد عادی و سالم به دنبال اهدافی اند که در درجه اول ماهیتی اجتماعی دارد. نوع و چگونگی تجلی تلاش‌های فرد برای برتری و کمال، به احساسات حقارت فرد و راه‌های جبرانی انتخاب شده برمی‌گردد (شفیع آبادی و ناصری، ۱۳۹۲: ۹۰-۹۱). تلاش انسان برای برتری طلبی و کمال مبتنی بر چهارچوب ذهنی افراد است. رویکرد آدلر از این حیث پدیدارشناختی است که به روش خاصی که افراد دنیای خود را درک می‌کنند توجه دارد. این واقعیت ذهنی، ادراکات، افکار، احساس‌ها، ارزش‌ها، عقاید، اعتقادات و نتیجه‌گیری فرد را در بر می‌گیرد. رفتار در چهارچوب دیدگاه ذهنی و پدیداری درک می‌شود. طبق نظر آدلر، واقعیت عینی از نحوه‌ای که ما واقعیت را تعبیر می‌کنیم و معانی‌ای که به تجارب خود می‌دهیم اهمیت کمتری دارد (کوری، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۵: ۱۰۷). باور آدلری‌ها این است که رفتار ما حاصل تفسیرمان از محیط است. بنابراین ما واقعیت‌ها را آنگونه نمی‌بینیم یا درک نمی‌کنیم که حقیقتاً هستند بلکه آنچه درک می‌کنیم تصویر ذهنی‌مان از شرایط است. پس درمانگران آدلری به واقعیت‌ها آنطور که حقیقتاً هستند چندان التفاتی ندارند و به تفسیر افراد از واقعیت‌ها می‌پردازند (یوهانسون، ترجمه براتی سده، ۱۳۹۱: ۴۶-۴۷). پدیدارشناسی یعنی توجه به دنیای درونی هر فرد برای کشف واقعیت یکی از مفاهیم اصلی رویکرد آدلر است (ساعتچی، ۱۳۸۳: ۳۳).

۵. بحث

۱.۵ نقد و بررسی مبانی انسان‌شناختی نظریه روان‌شناسی فردنگر آدلر از منظر اسلام

در طول سالهای متمادی، نظریه‌ها و کاربردهای مشاوره‌ای به خاطر نژاد پرستی، مختص افراد خاص بودن، تک فرهنگی بودن و احصاف نسبت به اقوام خاص به چالش کشیده شده‌اند. از این رو روی مقوله‌ی چندفرهنگ‌گرایی در مشاوره کارهای زیادی انجام شده است (مانتی، ۱۹۹۷؛ ترجمه‌ی حقیقی، قربان پور، ۱۳۸۹: ۳۹). نظریات روان‌شناختی در خلأ ایجاد نمی‌شوند بلکه به وجود آمدن آنها مبتنی بر یک سلسله اصول و پایه‌های تاریخی، اجتماعی، فلسفی و شخصی است و محصول زمانی‌اند که در آن به ظهور می‌رسند (شفیع آبادی، ناصری، ۱۳۹۲، الف: ۹). یکی از علل تفاوت نظریه‌های مختلف روان‌شناسی تفاوت دیدگاه نظریه‌پردازان پیرامون انسان و شخصیت اوست. شکی نیست که برداشت مشاور از انسان در نوع تشخیص و مداخله‌هایی که انجام می‌دهد اثرگذار است (کوری، ۲۰۰۹: ۷). مشاوران هم بر اساس مواردی دست به انتخاب نظریه و استفاده از آن می‌زنند که از جمله این موارد عبارت‌اند از: اعتقادات مشاور درباره شخصیت و ماهیت انسان (شفیع آبادی، ۱۳۸۴: ۱۱۲). مطالعه‌ی نظریه‌ها نشان می‌دهد که تقریباً تمامی این نظریه‌ها با توجه به درکی که از انسان و هستی و نیز هدف و غایت زندگی دارند، بایدها و نبایدهای رفتاری را به منظور برخورداری از سلامت روان، بهنجاری و زندگی بهتر توصیه می‌کنند. بدون شک بی-توجهی به بافت فرهنگی و دینی (مذهبی) مراجعان ایرانی در مفهوم‌سازی موردی مشکلاتشان، علاوه بر تشخیص غیردقیق، در تجویز راهبردها و کاهش اثربخشی فنون درمانی خود را نشان می‌دهد. زیرا مراجعان با طیفی از تنوع در جلسه‌ی مشاوره حاضر می‌شوند و یکی از این تفاوت‌های فرهنگی، تفاوت در دین و مذهب آنها با مشاور است. دین و معنویت جنبه‌های مسلمی از تنوع فرهنگی‌اند که روان‌شناسان و مشاوران در کار بالینی با آن مواجه می‌شوند. مسلماً این جنبه، مهم‌ترین بعد فرهنگ در شکل دادن به باورها، ارزش‌ها و رفتارهای فرد است (یوهانسون، ۲۰۱۰، ترجمه‌ی براتی سده، ۱۳۹۱). توجه به مبانی فرهنگی و مذهبی متفاوت مراجعان در مفهوم‌سازی موردی یکی از ضروریات کار مشاوره‌ای است (اسپری، ۲۰۱۴). بنابراین دلیل اصلی بررسی این نظریه از منظر آموزه‌های اسلامی توجه به تفاوت‌های فرهنگی است. لذا اگر مبانی نظریه‌های مشاوره را از منظر مبانی دین

اسلام به عنوان یکی از مقومات فرهنگ ایرانی-اسلامی نقد و بررسی کنیم کارایی و اثربخشی فنون برگرفته شده از این نظریه‌ها در فرهنگ ایرانی اسلامی بیشتر خواهد شد.

۲.۵ تاکید بر بعد اجتماعی انسان

یکی از موارد قابل تامل در نظریه‌ی آدلر پیرامون انسان، تأکید افراطی بر بعد اجتماعی انسان (علاقه‌ی اجتماعی) و غفلت از دیگر ابعاد وجودی وی و یکجانبه نگری پیرامون ماهیت انسان است. در واقع آدلر در زمینه‌ی شناخت انسان و طبیعت و ماهیت وی دچار تنگ نظری شده است که یک دلیل عمده‌ی آن هم غلبه‌ی روح اثبات‌گرایی بر زمانی است که وی در آن نظریه‌پردازی نموده است. اگرچه انسان در خانواده (اجتماع کوچک) متولد می‌شود و در ادامه هم در اجتماع زندگی می‌کند اما تمامی روابط انسان به اجتماع محصور نمی‌شود. طبق تعالیم دین اسلام انسان با خودش (و من الناس من یشتری نفسه ابتغاء مرضات الله: بقره آیه ۲۰۷؛ ان احسنتم احسنتم لانفسکم و ان اساتم فلها: اسراء آیه ۸۳؛ یاایهاالذین آمنوا انفسکم: تحریم: آیه ۶؛ ولا تکنوا کالذین نسوا الله فانساهم: حشر: آیه ۱۹؛ عبادالله زوا انفسکم: نهج البلاغه: خطبه ۹۰) و خداوند (انا لله و انا الیه راجعون: بقره آیه ۱۵۶؛ یاایهاالانسان انک کادح الی ربک کدحا فملاقیه: انشقاق آیه ۶)، دیگران (واتقواالله الذی تسائلون به و الارحام: نساء: آیه ۱؛ و عبادالرحمن الذین یمشون علی الارض هونا و اذا خاطبهم الجاهلون قالو سلاما: فرقان: آیه ۶۳؛ یاایها الذین آمنوا لایسخر قوم من قوم، عسی ان یكونوا خیراً منهم، ولا نساء من نساء، عسی ان یکن خیراً منهن، ولا تلمزوا انفسکم و لاتنازرو باللقاب: حجرات آیه ۱۱؛ فیما رحمه من الله لنت لهم، ولو کنت فظاً غلیظاً القلب لانفضوا من حولک: آل عمران: آیه ۱۵۹) و طبیعت (ان فی خلق السموات و الارض و اختلاف اللیل و النهار و الفلک الّتی تجری فی البحر بما ینفع الناس و ما انزل الله من السماء من ماء فأحیا به الارض بعد موتها و بثّ فیها من کل دابة و تصریف الریاح و السحاب المسخر بین السماء و الارض لآیات لقوم یعقلون: بقره: آیه ۱۶۴) نیز ارتباط دارد که سه مورد این مقوله‌ها (ارتباط با خود، خدا و طبیعت) در نظریه‌ی آدلر مغفول واقع شده است. وقتی ابعاد وجودی انسان فقط به بعد اجتماعی وی منحصر شود آنگاه رفتارهایی که این ابعاد و نیازهای مرتبط با آن را ارضاء کنند نیز محدود خواهند شد. در نتیجه عباداتی همچون نماز خواندن، روزه گرفتن و... معنایی ندارند. لازمه‌ی چنین نگرشی بی توجهی به مقوله‌ی روح و فطرت برای انسان است

که نوعاً روان‌شناسان نظریه پرداز از جمله آدلر به دلیل داشتن دیدگاهی اثبات‌گرایانه به آن توجهی نکرده‌اند.

آدلر پیرامون ماهیت انسان دیدگاهی خاص و محدود دارد این درحالی است که اسلام نگاه متفاوت‌تری به انسان دارد. از نظر اسلام انسان موجودی دو بعدی است که یک بعد آن، بعد جسمانی است که به نیازهای غریزی و زیستی مربوط می‌شود. بعد دیگر به بخش روحانی و غیرجسمانی انسان بر می‌گردد که تحت عناوینی چون روح و فطرت نامیده می‌شود. در واقع بسیاری از کارهایی که انسان مسلمان انجام می‌دهد از جمله عبادت‌هایی همچون نماز، روزه، کسب علم و کمک به دیگران، برای ارضای نیازهای روحانی و فطری خویش جهت نزدیک شدن به خدا است.

۳.۵ اراده آزاد

تکیه‌ی آدلر بر اراده‌ی آزاد نیز محل توجه است. آدلر به تقدیر و سرنوشت اعتقاد نداشت و معتقد بود که انسان می‌تواند خودش سرنوشت‌اش را بسازد. آدلری‌ها معتقد بودند که گاهی اوقات محدودیت‌های محیطی یا زیستی مانع تحقق خواسته‌های انسان می‌شود (شفیع آبادی، ۱۳۹۲: ۸۶). همچنین وی اعتقاد داشت انسان از نظر ماهیت موجودی خشتی است نه خوب است و نه بد. انسان توان انتخاب را دارد و می‌تواند برای بهترشدن تلاش کند (یوهانسون، ترجمه براتی سده، ۱۳۹۱: ۴۸). البته این کلام که انسان خود می‌تواند سرنوشت خویش را بسازد جنبه‌ی مثبتی دارد و نشانگر این است که انسان بر انجام امور خویش اراده و اختیار دارد. از طرفی تأثیر عواملی چون جامعه، محیط و وراثت بر اعمال اختیاری انسان انکار نشدنی است اما هیچکدام از این عوامل اختیار و آزادی انسان را سلب نمی‌کنند (فتحعلی، ۱۳۸۴: ۳۳). ذکر این نکته ضروری است که اگرچه آدلر اعتقاد به سرنوشت و تقدیر نداشت و انسان را در ساخت سرنوشت‌اش دارای اراده آزاد می‌دانست اما باور هم نداشت که انسان هرچه بخواهد می‌تواند بشود زیرا آزادی انسان محدود است (کوری، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۵: ۱۰۷) که این نکته یعنی جبرگرایی معتدل تقریباً شبیه به قضا و قدر الهی در اندیشه اسلامی است اما تفاوت اساسی دیدگاه آدلر با دیدگاه اسلامی این است که آدلری‌ها این محدودیت در اراده‌مندی را ناشی از محدودیت محیطی و وراثت می‌دانستند و این نقطه تفاوت دیدگاه اسلامی با دیدگاه آدلر است. اگرچه شاید در عمل و رفتار، نتیجه‌ی این باور آدلری‌ها (جبرگرایی معتدل) با قضا و قدر الهی شبیه باشد اما در

ماهیت و مبانی با هم متفاوت اند. چرا که در بین مسلمانان نیز این باور وجود دارد که انسان آزاد است تا اعمالش را انتخاب کند و تصمیمات زندگی‌اش را اتخاذ کند اما به باور مسلمانان صرف اتخاذ تصمیم ضمانت‌کننده‌ی نتیجه‌نهایی و تحقق خارجی عمل نیست و نتیجه انتخاب‌ها به دست خدا و خواست و مشیت اوست (یوهانسون، ترجمه براتی سده، ۱۳۹۱: ۹۳). در همین زمینه آیه‌ای معروف در سوره کهف آمده که به صراحت مبین این اعتقاد مسلمانان است. خداوند می‌فرماید: *وَلَا تَقُولَنَّ لَشَيْءٍ إِنِّي فَاعِلٌ ذَلِكَ غَدًا. إِلَّا أَنْ يَشَاءَ اللَّهُ (۲۳-۲۴)*. در زندگی روزمره نیز بارها اتفاق افتاده که انسان برای کاری تصمیم‌گیری و برنامه‌ریزی می‌کند و همه‌ی زمینه‌ها و شرایط وقوع آن کار مهیا و فراهم است اما آن کار محقق نمی‌شود. در توجیه این پدیده، باید گفت که از نظر اسلام اراده‌ی انسان تأثیرگذاری صد در صدی در وقوع رفتارها ندارد. در آموزه‌های دین اسلام اراده‌ی انسان در طول اراده‌ی خدا قرار دارد و قضا و قدر الهی در رخ دادن امور نقش دارد. یعنی اگر تمام زمینه‌های وقوع یک پدیده مهیا شود اما خواست و اراده‌ی خدا و به تعبیری فضای الهی به تحقق آن فعل یا کار تعلق نگیرد آن امر محقق نمی‌شود. این نکته همسو با فرمایشی از امیرالمومنین (ع) است که فرمود: *عرفت الله سبحانه بفسخ العزائم و حل العقود و نقض الهمم یعنی خداوند را به وسیله فسخ شدن تصمیمها گشوده شدن گره‌ها و نقض اراده‌ها شناختم (نهج البلاغه: حکمت ۲۵۰)*.

در دیدگاه اسلام، انسان در افعال اختیاری خودش نه مجبور است و نه مستقل بلکه حقیقتی بین این دو وجود دارد. بر اساس دیدگاه شیعیان، فعال بودن انسان نه تنها با فعال بودن خدا در مورد کارهای انسان منافات ندارد بلکه عین واقعیت است و شناخت درست خدا و انسان و درک دقیق ماهیت فعل اختیاری، ما را به این نکته رهنمون می‌کند. انسان‌ها در انجام کارهای‌شان مستقل و بی‌نیاز از خدا نیستند و افزون بر این که اراده و تصمیم انسان در انجام کارها مؤثر است اجازه و اذن خدا، تقدیر و خواست خدا در سطح بالاتری مؤثر است. به عبارت دیگر خدا می‌خواهد کارهای ما با اختیار خودمان انجام گیرد و اگر او نمی‌خواست ما اراده‌ای نداشتیم یا اینکه اراده‌ی ما تأثیری نداشت (رجبی، ۱۳۸۴: ۱۶۶، ۱۷۶). انسان، فاعل اعمال خویش است و افعال ارادی و اختیاری او به واسطه‌ی اراده و انتخاب او به وجود می‌آیند. در عین حال نباید از نظر دور داشت که اصل نظام هستی و کل عالم آفرینش که انسان و اراده‌ی او هم جزئی از آن است به خواست و مشیت او برقرار است. اگر شخصی در زمان معینی عمل الف را انجام می‌دهد امکان تحقق چنین عملی به

خواست و مشیت الهی فراهم می‌شود. معنای جمله‌ی قبل مجبور بودن شخص در انجام آن عمل خاص نیست بلکه معنای این سخن این است که اگر خدا نمی‌خواست و اراده نمی‌کرد آن شخص به انجام آن کار موفق نمی‌شد. پذیرش اختیار و اینکه بشر به انتخاب و اراده‌ی خود اعمالی را انجام می‌دهد هرگز مترادف با استقلال بشر و سیطره و حاکمیت اراده‌ی او بر اراده‌ی خداوند نیست. توان فرد بر اعمال اراده و موجود بودن سایر شرایط همگی به مشیت و اذن خدا بستگی دارد. البته این جمله بدان معنا نیست که خداوند فاعل این اعمال است. از منظر اسلام اراده‌ی خدا هرگز جانشین اراده‌ی انسان نمی‌شود (واعظی، ۱۳۸۵: ۱۱۸).

۴.۵ مسئولیت پذیری انسان

مسئولیت‌پذیری در نظریه‌ی آدلر نیز محل تأمل است. نتیجه‌ی برخوردار بودن از اراده‌ی آزاد، مسئولیت‌پذیری است. به نظر می‌رسد که آدلر با این نکته یعنی آزادی و مسئولیت‌پذیری انسان موافق است (یوهانسون، ترجمه براتی سده، ۱۳۹۱: ۶۵). اما نکته‌ی مهم و تفاوت اساسی دیدگاه وی با دیدگاه اسلام میزان و دامنه‌ی این مسئولیت‌پذیری است. از منظر اسلام چون زندگی انسان به دنیا محدود نمی‌شود و در آخرت نیز ادامه دارد لذا انسان نسبت به زندگی اخروی خود در قیامت هم مسئولیت دارد. یکی از فواید این امر درونی - سازی ارزش‌ها در انسان مسلمانان است. یعنی اگر مسلمان ناسزا نمی‌گویند، دروغ نمی‌گویند، دزدی نمی‌کنند، می‌دانند که باید در روز قیامت در پیشگاه خداوند حاضر شوند و پاسخگوی اعمال خود در دنیا باشند. بنابراین مسئولیت‌پذیری فرد مسلمان فقط به زندگی فردی و اجتماعی او در دنیا محدود نمی‌شود و زندگی اخروی فرد مسلمان را نیز در بر می‌گیرد. در رابطه با سطح مسئولیت‌پذیری انسان علی (ع) می‌فرمایند: «در مورد بندگان خدا و شهرهای تقوای الهی را رعایت کنید، زیرا شما حتی نسبت به زمین‌ها و حیوانات نیز مسئول هستید» (نهج البلاغه: خطبه ۱۶۷). ملاحظه می‌شود که از منظر آموزه‌های دینی، انسان مسئول است اما نه تنها مسئول خویش و ارضای نیازهای خویش، بلکه انسان در قبال دیگران، شهرها و حتی حیوانات هم مسئول می‌باشد.

۵.۵ غایت‌گرایی خیالی

غایت‌گرایی خیالی (Fictional Finalism) نیز مفهوم دیگر مورد نقد در نظریه‌ی آدلر است که مورد نقد می‌باشد. فلسفه‌ی "گویی که" (As if) که توسط هانس ویهینگر (۱۹۶۵) ابداع شد، بر رویکرد آدلر اثرگذار بود. این مفهوم بر اهداف خیالی آدلر اثر گذاشت. خیالات (Fictions) ایده‌هایی هستند که در عالم واقعی وجود ندارند اما در کمک به انسان‌ها برای مقابله‌ی بهتر با واقعیت مفید هستند. به عنوان مثال این ایده که همه‌ی انسان‌ها برابر به دنیا می‌آیند یک خیال است. اگرچه این گزاره، راهنمای ما در زندگی روزمره است اما واقعیت نیست. بلکه یک خیال مفید برای تعامل بهتر با دیگران است هرچند حقیقتی واقعی نیست. در واقع، پیام این دیدگاه آدلر و فلسفه‌ی "گوئی که" این است که ما با ارزش‌های اخلاقی به گونه‌ای رفتار می‌کنیم که گوئی واقعیت دارند در حالیکه در واقع اینگونه نیستند و واقعیت ندارند (شارف، ۲۰۱۲: ۱۲۶). این دیدگاه آدلر با چهارچوب پدیدارشناختی نظریه‌ی وی نیز هماهنگ است (کوری، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۵: ۱۰۷؛ شفیع‌آبادی و ناصری، ۱۳۹۲: ۸۷؛ ساعتچی، ۱۳۸۳: ۳۳). غیرواقعی بودن ارزش‌های اخلاقی یکی از مباحث مهم در فلسفه‌ی اخلاق است که از دو وجه قابل بررسی است. از یک منظر به انسان‌شناسی نیز بر می‌گردد که نتیجه‌ی این ایده این می‌شود که انسان در درون خودش نسبت به ارزش‌های اخلاقی خستی است (همانطور که در بالا گفته شد) و این ارزش‌ها اموری هستند که چون کارکردهای احتمالی دارند مورد توجه انسان قرار می‌گیرند. این ایده مخالف با نص صریح قرآن است. خداوند در قرآن می‌فرماید: فإلهمها فجورها و تقواها: نیکی و بدی را به انسان الهام کردیم (شمس، ۸). همچنین فرمود ان احسبتم انفسکم و ان اساتم فلها: اگر خوبی کنید به خود خوبی کردید و اگر بدی کردید به خود بدی کردید (اسراء آیه ۸۳). که در واقع نشانگر این است که عمل نیک و بد واقعیت دارند و بر نفس و روح انسان اثر واقعی می‌گذارند. بر اساس آموزه‌های اسلامی، انسان یک بعد فطری دارد و تشخیص بخشی از کلیات فضایل و رذائل اخلاقی بر عهده‌ی فطرت است. همه‌ی انسان‌ها توانایی تمیز دادن برخی از مصادیق نیک و بد را دارند. در طول تاریخ همگان تصدیق کرده‌اند که راستگویی، شجاعت، ایثار و عدالت و مانند اینها خوب است و دروغ‌گویی، کلاهبرداری و ظلم به دیگران بد است (گرامی، ۱۳۸۷: ۱۱۶). این اموری که از آن نام برده شد مواردی‌اند که بسیاری و شاید تمامی انسان‌ها در تمام دنیا حتی آنهایی که از تعالیم انبیاء بهره‌ای نبرده‌اند نیز آن را تصدیق خواهند نمود و این خود نشانه‌ای از فطری بودن برخی از اخلاقیات

است. از منظر دیگر غیرواقعی‌گرایی ارزش‌های اخلاقی پیامدهای خطیری دارد که نمی‌توان از آن به سادگی گذشت. اگر جملات اخلاقی مبنای عینی و واقعی نداشته باشند نتایجی خواهند داشت که از جمله آنها عبارت‌اند از صدق و کذب ناپذیری گزاره‌های اخلاقی، نداشتن معیاری برای معقولیت احکام اخلاقی، کثرت‌گرایی اخلاقی و نسبی‌گرایی اخلاقی. در رابطه با مورد اول باید گفت که صدق یعنی مطابقت یک قضیه با واقع و کذب یعنی عدم مطابقت قضیه با واقع. وقتی گزاره‌های اخلاقی انشائی و غیرواقعی باشند در آن صورت صحبت از صدق و کذب گزاره‌های اخلاقی بی‌معناست. در مورد دوم باید گفت که تبیین عقلانی احکام اخلاقی زمانی ممکن است که میان ارزش‌ها و حقایق عینی رابطه‌ای منطقی برقرار باشد اما اگر احکام اخلاقی از سنخ انشائیات باشند، نه تنها هیچ رابطه‌ای منطقی بین خود آنها وجود نخواهد داشت بلکه هیچ دلیل عقلی هم نمی‌تواند آن را اثبات کند. در مورد پیامد سوم هم باید گفت که یکی از نتایج چنین باوری این است که همه‌ی نظریات و احکام اخلاقی هر چند متعارض و متضاد باشند به یک اندازه قابل قبول خواهند بود. مثلاً هر دو گزاره‌ی راست‌گویی خوب است و راست‌گویی خوب نیست به یک اندازه اعتبار دارند که در واقع جمع بین تقیضین هست و باطل است. در مورد پیامد چهارم غیرواقعی‌گرایی نیز می‌توان گفت که نسبی‌گرایی در عرصه‌ی اخلاقی یکی از پیامدهای غیرواقعی‌گرایی مفاهیم اخلاقی است. زیرا وقتی احکام اخلاقی هیچ ریشه‌ای در واقعیت نداشته باشد و تابع امیال فردی یا علایق اجتماعی باشد بالطبع با تغییر میل و ذائقه افراد یا گرایش‌های اجتماعی آنان، قضاوت‌های اخلاقی‌شان دستخوش تغییر خواهد شد. کاری که امروز خوب است با تغییر و تحول اجتماعی بد تلقی خواهد شد و کاری که در شرایط فکری و اجتماعی خاص بد است با ایجاد دگرگونی در آن شرایط خوب تلقی خواهد شد (مصباح یزدی، ۱۳۸۸: ۳۳). در حالیکه ارزش‌های اخلاقی مبتنی بر واقعیت‌های عینی است و مفاهیمی که به عنوان مفاهیم ارزشی در اخلاق به کار می‌رود مستقل از مفاهیم نظری و عینی نیست (مصباح، ۱۳۹۲: ۳۳۱). دیگر نتایج چنین دیدگاهی این می‌شود که نقد رفتارهای اخلاقی و غیر اخلاقی دیگران بی‌معنا می‌شود چون در صورت پذیرش نسبییت، خوبی و بدی حقیقی در عالم واقع وجود ندارند. چون اساساً اخلاقیات واقعیتی عینی ندارند و اموری سلیقه‌ای هستند. همچنین، تلاش برای به دست آوردن احکام اخلاقی بی‌معناست چون اساساً طبق این نظر، واقعیتی وجود ندارد. تلاش برای پاسخ به سؤالاتی مانند این که آیا سقط جنین درست است؟. آیا آسان مرگی درست است؟. قتل هزاران انسان بی

گناه بر اثر بمب باران شیمیایی درست است؟. همه و همه تلاش‌هایی بی‌فایده و بی‌ثمر خواهند بود. اخلاق بی‌محتوا خواهد شد و چیزی از آن باقی نخواهد ماند. دیدگاه واقع-گرایی یا غیر واقع‌گرایی اخلاقی، دیگر حدود و مرزهای زندگی را نیز مشخص می‌کند. سیاست، اقتصاد (ربا، حلال و حرام خوری)، روابط بین فردی، تربیت فرزند، و ازدواج و دیگر حوزه‌های زندگی، همه از این قضیه متأثر می‌شوند. اگر اخلاق واقعیتی عینی نداشته باشد، دیگر، افراد در رفتار کردن محدودیتی نخواهند داشت. نیک می‌دانیم که تلاش انبیاء برای تکمیل ارزش‌های اخلاقی بوده و همانگونه که پیغمبر اسلام فرموده بعثت وی برای تکمیل مکارم اخلاقی بوده است. در این صورت اگر این ارزش‌ها واقع‌نما نباشند در نتیجه یکی از اهداف اصلی رسالت انبیاء بی‌معنا می‌گردد (خواص و همکاران، ۱۳۸۸). در برخی از کتاب‌های نظریه‌های شخصیت مثالی درباره‌ی نوجوانی آورده شده که به خاطر احساس گناه ناشی از استمناء به آدلر مراجعه کرده بود. آدلر هم در پاسخ به او گفته بود که دو کار (هم استمناء و هم احساس گناه) زیاد است یکی کافی است یا استمناء یا احساس گناه (شولتز، ترجمه سیدمحمدی، ۱۳۸۳: ۱۵۱). اگرچه این یک مثال بالینی است اما حداقل بخشی از دیدگاه آدلر پیرامون اخلاقیات را نشان می‌دهد.

آدلر حتی این غیرواقع‌گرایی را به مفهوم خدا نیز تسری داد. آدلر معتقد است که خدا برای روان‌شناس یک ایده ذهنی و برای یک کشیش یک واقعیت است. تلاش انسانی جوهره‌ی انسانی است و با طرح این موضوع که افراد دائماً و طوری به سمت اهداف می‌روند که گویی وجود دارند، ایده‌ی خدا را بازنمایی غایی یا نمود عینی هدف نهایی تلقی نمود. آدلر به خاطر بی‌توجهی به نقش واقعی و عملی خدا در زندگی افراد و اینکه زندگی هیچ معنای درونی ندارد مورد انتقاد قرار گرفت (یوهانسون، ترجمه براتی سده، ۱۳۹۱: ۶۱-۶۲). بر اساس نظر آدلر، آرزوی نزدیک شدن به خدا، پیروی از دستورات خدا و یکپارچه شدن با او اهداف تلاش‌های آدمی برای کمال هستند. بر اساس نظر آدلری‌ها، ایده‌ی خدا و نه خدا به عنوان یک وجود حقیقی و واقعی، باعث می‌شود که ما بتوانیم مفهوم کمال را هم از نظر فرد و هم اجتماع به عنوان پیگیری اهداف معنوی عینی در آینده، خلق فرایندهای شناختی و احساسات عاطفی مناسب تعریف کنیم (آمبروس، ۲۰۰۹). این در حالی است که از نظر اسلام، خداوند خالق انسان‌ها، حیوانات، آسمان و زمین و تمام موجودات جهان و خود جهان هستی است (اللَّهُ خَالِقُ كُلِّ شَيْءٍ، رعدآیه ۱۶؛ زمر آیه ۶۲-۶۳). در واقع انسان-شناسی اسلامی بدون پرداختن به مفهوم خدا امکان‌پذیر نیست زیرا طبق آموزه‌های دین

اسلام همه‌ی مسلمانان معتقدند که انسان‌ها مخلوق خدا هستند و خدا فقط برای روحانیون مسلمان موجود (وجود) واقعی نیست (آنگونه که آدلر معتقد بود خدا فقط برای کشیش‌ها یک شیء واقعی است) بلکه تمامی مسلمانان خدا را یک وجود واقعی می‌دانند که با وی رابطه‌ی تکوینی دارند و در سیر باطنی به سمت او حرکت می‌کنند (یا ایهاالانسان انک کادح الی ربک کدحا فملاقیه، انشقاق، آیه ۶؛ انا لله و انا الیه راجعون، بقره: آیه ۱۵۶).

یکی از مهم‌ترین بخش‌های سبک زندگی انسان مسلمان، رابطه با خالق خویش است که وضع عبادات از جمله نمازهای پنجگانه نشانه‌ای از این مسئله است (إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا، نساء آیه ۱۰۳). در هر رابطه حداقل دو طرف وجود دارد و رابطه انسان با خداوند نیز دو طرف دارد. در برخی از روابط یک طرف رابطه فعال و طرف دیگر منفعل است. مثلاً در رابطه انسان با اشیاء محیط پیرامون، انسان فعال و اشیاء منفعل‌اند. در برخی دیگر از روابط اجتماعی، انسان در برابر انسان‌های دیگری قرار دارد که آنها نیز همچون او فعال هستند و به طور همزمان از او تأثیر می‌گیرند و بر او تأثیر می‌گذارند. تفاوت روابط انسانی متقابل با روابط انسان با اشیاء در این است که تأثیر اشیاء بر انسان تأثیری ناخواسته و ناآگاهانه است در حالی که تأثیر انسان‌ها بر یکدیگر تأثیری آگاهانه و خودخواسته است در نتیجه نمی‌توان اشیاء را فعال دانست. نوع دیگری از رابطه وجود دارد که یک طرف رابطه هیچ‌گاه منفعل نمی‌شود. رابطه انسان و خداوند این‌گونه است. بررسی این رابطه و چگونگی آن تا حدود زیادی در مباحث جهان‌بینی صورت می‌گیرد. در جهان‌بینی اسلامی رابطه تکوینی انسان و خداوند بررسی می‌شود. رابطه تکوینی انسان با خداوند رابطه خالق و مخلوق است خالقی که کمال مطلق است و مخلوقی که فقیر و نیازمندی مطلق است و به اراده خالقش استعدادهایی در او نهفته است. در قرآن کریم به این رابطه‌ی وجودی و تکوینی بین انسان و خدا اشاره شده است: یا ایهاالانسان انک کادح الی ربک کدحا فملاقیه: ای انسان حقاً که تو به سمت پروردگار خود به سختی در تلاشی و او را ملاقات خواهی نمود (انشقاق، آیه ۶).

در حالیکه از نظر آدلر رابطه با خدا به عنوان یک غایت و هدفی در آینده، خیالی، ذهنی و غیرآگاهانه است در حالیکه از نظر دین جستجو برای امر قدسی یک واقعیت عینی است (یوهانسون، ترجمه براتی سده، ۱۳۹۱: ۶۷). از منظر اسلام نیز رابطه‌ی انسان با خداوند یک رابطه‌ی حقیقی است و نه رابطه‌ای ذهنی. انسان از طریق انجام عبادات و پیروی از فرامین خداوند به طور وجودی به خداوند نزدیک می‌شود. از نظر اسلام تمام عالم و تمام

موجودات از جمله انسان مخلوق خدا هستند و به دلیل همین امر با او رابطه‌ای تکوینی و واقعی دارند لذا برای حفظ این اتصال و ارتباط باید در هر روز ۵ نوبت به انجام تکالیفی از جمله نماز بپردازد (اقم الصلوه لذكری: طه آیه ۱۴). زیرا از نظر اسلام اصولاً بندگی که هدف خلقت انسان است (وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ: ذاریات آیه ۵۶) با اطاعت از خدا همراه است و فرد مسلمان چون مخلوق و بنده‌ی خداست باید از خداوند و دستورات او اطاعت نماید. این اطاعت در قالب انواع عبادات پدیدار می‌شود.

۶.۵ عقده حقارت (منبع اکثر انگیزش‌های انسانی)

عقده‌ی حقارت نکته‌ی دیگر مورد نقد در این نظریه است. منبع بسیاری از تلاش‌های انسان آنگونه که آدلر معتقد بود عقده‌ی حقارت نیست. به طور کلی حصرنگری در باب انگیزه-های انسان توجیه‌پذیر و قابل قبول نیست. همانطور که در بالا اشاره شد انسان از منظر اسلام دو بعد دارد. از طرفی تمامی رفتارهای انسان دو سطح دارد یک سطح ظاهری و سطح باطنی که سطح باطنی همان نیت انسان است. نیت انسان اگر برای خدا باشد روح انسان رشد می‌یابد و انسان به نحوی وجودی به خدا نزدیک می‌شود. در واقع نزدیکی به خدا از یک منظر به معنای این است که انسان صفات و ویژگی‌های خداوند را در خود متجلی کند. از طرف دیگر این نزدیکی به خدا بدین معناست که تمامی رفتارهای انسان حتی آنهایی که جنبه‌ی طبیعی و روزمره دارند هم می‌توانند در مسیر هدف نهایی و شکوفایی فطرت انسان قرار بگیرند. رفتارهایی مثل غذا خوردن، استراحت کردن، کار کردن، کسب علم، رفع نیازهای جنسی در قالب روابط زناشویی همه و همه می‌توانند زمینه ساز شکوفایی فطرت انسانی باشند تنها اگر برای خدا و به خاطر کسب رضایت او باشد (قُلْ إِنَّ صَلَاتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ انعام: آیه ۱۶۲). این موارد همگی نشان از اهمیت مقوله‌ی نیت و انگیزه و چرایی انجام رفتار در اسلام است. در واقع روح عمل انسان مسلمان، نیت اوست و اگر ظاهر کارهای وی خوب باشد اما نیت و انگیزه‌اش رضایت خداوند نباشد اعمال وی مورد پذیرش خداوند نخواهند بود. بنابراین بر خلاف آدلر که عقده حقارت را سرمنشأ و انگیزه بسیاری از فعالیت‌های انسانی می‌دانست در آموزه‌های اسلامی انگیزه تمامی افعال جوانحی و جوارحی می‌تواند برای خدا باشد که در این صورت انسان در مسیر قرب الی الله حرکت خواهد کرد. هدف زندگی نیز یکی از مهم‌ترین مباحث در رویکرد آدلر است. شاید بتوان گفت که مهم‌ترین تفاوت بین دیدگاه آدلر و اسلام

پیرامون انسان، به هدف زندگی بر می‌گردد. نکته‌ی قابل تأمل در باره‌ی هدف اصلی زندگی از منظر آدلر این است که وی آن را غلبه بر حقارت و برتری طلبی و کمال می‌داند. وی معتقد است برتری‌جویی می‌تواند دو مسیر مثبت و منفی را برگزیند. اما وی نگفت عامل این افتراق چیست و چه می‌شود که انسان برتری‌طلبی‌اش را در مسیر مثبت یعنی کمک به دیگران، تعلیم و تربیت سوق می‌دهد و آن کس که برتری‌طلبی‌اش در مسیر منفی یعنی ثروت اندوزی یا جاه‌طلبی از طریق نادرست یا سیاسی محقق می‌کند چه طور می‌شود که اینگونه می‌شود. سؤال جدی‌تر اینکه آیا هدف زندگی فقط همین مورد است؟! این نوع نگاه به زندگی و اهداف آن با آموزه‌های دین اسلام تعارض دارد. از نظر دین اسلام انسان مومن در همه‌ی رفتارهای خود هدف ویژه‌ای را دنبال می‌کند. این هدف در مورد تمامی رفتارهای انسان وجود دارد که به آن نیت می‌گویند. با توجه به نیت یک انسان مسلمان و مومن می‌توان تمامی زندگی وی را هدفمند دانست. این هدفمندی در زندگی انسان مومن و مسلمان از نگرش درست او به اصل آفرینش جهان و آدمی سرچشمه می‌گیرد. چنین انسانی تمامی آفرینش را هدفمند می‌داند (ابوترابی، ۱۳۸۶: ۲۸۶).

از منظر دین اسلام، هدف خلقت و ارسال پیامبران برای هدایت انسان‌ها، همه برای تحقق کمالات فطری است. در همین رابطه حضرت علی علیه‌السلام در نهج البلاغه در باب رسالت انبیاء فرمودند که لیستادوهم میثاق فطرته و یذکروهم منسی نعمته (نهج البلاغه، خطبه ۱). از نظر اسلام انسان دو زندگی دارد یکی در دنیا و دیگری در آخرت. زندگی دنیا مقدمه‌ی زندگی در آخرت است. هدف نهایی انسان قرب به خداست. منظور از قرب در اینجا رسیدن به درک عمیق و بی‌واسطه از رابطه‌ی وجودی خود با خداوند است مقامی که با اختیار و در اثر تکامل حقیقی نفس حاصل می‌شود. قرب به خدا فقط از طریق عبادت حاصل می‌شود و انسان از مسیری غیر از عبادت نمی‌تواند به خدا نزدیک شود. البته از نظر اسلام، عبادت فقط نماز خواندن و روزه گرفتن و رفتارهای مناسبی نیست. در واقع انسان مسلمان در اثر انجام تکالیف دینی و همچنین تمامی کارهایش در زندگی در پرتو ایمان به خدا، معاد و آخرت و با هدف نزدیکی (قرب) به خدا می‌تواند به این مرحله از قرب به خدا برسد. زیرا وقتی تمامی کارهایش برای خدا شد همه‌ی این کارها عبادت تلقی می‌شوند و عبادت انسان را به خدا نزدیک می‌کند (ابوترابی، ۱۳۸۶: ۲۵۱، ۲۵۲). نکته‌ی دیگر پیرامون تفاوت دیدگاه اسلام با آدلر پیرامون مفهوم کمال است. کمال از نظر آدلر تحقق ویژگی‌هایی است که در نتیجه تلاش برای غلبه بر احساس حقارت محقق می‌شود.

همچنین از بررسی منابع مرتبط، تلاش برای کمال و برتری طلبی، حرکت در سمت و سوی نیل به درجات بالای استعدادهای آدمی و تحقق خویشتن نیز قابل اقتباس است. باز این مفهوم تفاوتی اساسی با تعریف کمال در آموزه‌های اسلام دارد. به عنوان مثال کمال یک درخت یا حیوان شکوفایی استعدادهای آنهاست که از طریق مشاهده، تجربه و آزمایش می‌توان شناخت. اما واضح است که کمال گیاهان و حیوانات پایین تر از کمالات انسانی است و انسان‌هایی که به کمالات معنوی و روحانی انسانی نرسیده باشند توان درک کمالات انسانی را ندارند. ثانیاً کمال حیوان و گیاه مرز و حد مشخصی دارد که به آسانی قابل درک است و در میان انواع افراد یک نوع در طول قرن‌ها ثابت بوده است و با بررسی تعدادی از آنها می‌توان به این تعریف رسید. اما شناخت کامل کمالات انسانی به خصوص کمالات معنوی و روحانی همچون شناخت حیوانات و گیاهان نیست که از طریق مشاهده و آزمایش قابل شناخت باشد چرا که کمالات روحی و معنوی و فضائل معنوی انسان قابلیت درک حسی ندارند (ابوترابی، ۱۳۸۶: ۲۱۵-۲۱۶). کمال عبارت است از آن چیزی که تمامیت شیء به آن است و موجب کامل شدنش می‌گردد. کمال بر خلاف سعادت که منحصر به انسان است مختص به انسان نیست بلکه گیاهان و حیوانات هم کمال دارند. مثلاً کمال درخت به میوه دادن است. با این تعریف، کمال یعنی فعلیت یافتن هر یک از استعدادهای مختلف انسان چون موجب کامل شدن او می‌شود. مثلاً اگر انسان به جایی برسد که بتواند راه برود، تکلم کند، تحصیل کند و... برای او کمال است. اما سعادت، کمال نهایی اوست و کمال نهایی نیز فعلیت یافتن تمامی استعدادهای ویژه‌ی فطری اوست (گرامی، ۱۳۸۷) که این نوع کمال (سعادت) ناشی از تفاوت دیدگاه انسان‌شناختی اسلام در مقایسه با آدلر می‌باشد.

۷.۵ تاکید بر شکل‌گیری شخصیت در سال‌های اول کودکی

آدلر معتقد بود که سبک زندگی منحصر به فرد انسان در طی ۶ سال اول زندگی تشکیل می‌شود و رویدادهای آتی اثرات عمیقی بر رشد شخصیت انسان دارد (کوری، ۲۰۰۵، ترجمه سیدمحمدی: ۱۱۰). اگرچه نقش دوران کودکی در شکل‌گیری شخصیت واقعی و قابل قبول است اما به نظر می‌رسد این مطلب یعنی تثبیت سبک زندگی در کودکی صحیح نباشد. آیا واقعا کودکان در ۶ سالگی می‌توانند هدف زندگی خویش را تثبیت کنند. این در حالی است که در جریان زندگی بساری از نوجوانان و حتی دانشجویان را می‌بینیم که در

زمینه‌ی اهداف زندگی خویش سردرگم هستند و نمی‌توانند تصمیم درستی اتخاذ کنند. با این حال چگونگی یک کودک ۶ ساله که از نظر شناختی و ذهنی هم رشد کافی را نکرده است می‌تواند اهداف خیالی زندگی خود را ترسیم کند خود جای تامل دارد.

۶. نتیجه‌گیری

هدف مقاله‌ی حاضر بررسی و نقد مبانی انسان‌شناختی سبک زندگی آدلر از منظر اسلام بود. دیدگاه آدلر پیرامون انسان که در مفهوم سبک زندگی وی متجلی می‌شود با دیدگاه اسلام درباره‌ی انسان تفاوت‌هایی دارد که نقد و بررسی آن از منظر مبانی اسلامی به منظور تطبیق آن با شرایط فرهنگی و دینی کشور ضروری می‌باشد. از نظر آدلر انسان موجودی اجتماعی است و مهم‌ترین انگیزه‌های اش انگیزه‌های اجتماعی هستند. اما از منظر اسلام انسان موجودی دو بعدی (مادی- معنوی) است که زندگی اش به زندگی در دنیا محدود نمی‌شود و زندگی دنیا مقدمه‌ی زندگی آخرت است. همچنین روابط انسان فقط به محیط اجتماعی- اش محدود نمی‌شود و او با خود، خدا و طبیعت نیز رابطه دارد. آدلر معتقد است انسان اراده آزاد معتدل دارد و اراده اش توسط محیط و وراثت محدود می‌شود. در مقابل اسلام معتقد است که انسان اراده‌ی مشروط دارد و اراده اش در طول اراده الهی قرار دارد. بر خلاف آدلر که به قضا و قدر اعتقادی نداشت و معتقد بود که انسان خود سرنوشتش را خواهد ساخت، دین اسلام معتقد است که قضا و قدر الهی نیز در تحقق افعال انسان نقش دارد. آدلر معتقد است انسان چون اراده آزاد دارد مسئولیت دارد که دامنه‌ی مسئولیت‌پذیری در نظریه‌ی آدلر محدود به زندگی دنیا می‌شود اما از نظر اسلام مسئولیت انسان به زندگی دنیا محدود نمی‌شود. انسان در روز قیامت باید در پیشگاه خداوند حاضر شود و پاسخگوی اعمال خود در دنیا باشد. از نظر آدلر انسان نسبت به ارزش‌های اخلاقی خنثی است زیرا ارزش‌های اخلاقی واقعیت ندارند بلکه ما به گونه‌ای با آنها برخورد می‌کنیم "گوئی که" واقعی هستند. در حالیکه از نظر اسلام، انسان فطرتی اخلاقی دارد و برخی از کلیات اخلاق را درک می‌کند و می‌فهمد و از وجدان اخلاقی برخوردار است ضمن اینکه ارزش‌های اخلاقی نیز واقعی هستند و انکار این واقعیت‌گرایی به نسبییت اخلاقی خواهد انجامید. از نظر آدلر خدا یک ایده‌ی ذهنی است و مانند یک غایت خیالی به رفتار انسان جهت می‌دهد در حالیکه از نظر اسلام خداوند خالق تمام عالم است و وجودی حقیقی و واقعی دارد و رابطه‌ی انسان با او رابطه‌ای تکوینی و حقیقی است و نه رابطه‌ای قراردادی. هدف زندگی

انسان از نظر آدلر رسیدن به برتری طلبی، غلبه‌ی بر عقده‌ی حقارت و کمال و کامل شدن است و از نظر اسلام هدف نهایی انسان مسلمان قرب به خداست که فقط از طریق عبادت محقق می‌شود. اگر انسان مسلمان تمام افعال جوانجی و جوارحی خویش را برای خدا انجام دهد و نیتش از انجام کارها رضای خدا باشد به خدا نزدیک خواهد شد. زیرا تمام کارهایش چون برای رضای خدا بوده عبادت محسوب می‌شوند و قرب به خدا فقط از طریق عبادت محقق می‌شود.

کتاب‌نامه

- قرآن کریم.
- ابوترابی، علی (۱۳۸۶)، نقد ملاک‌های بهنجاری در روان‌شناسی، چاپ اول، قم: مرکز نشر مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی.
- پور امینی، محمد باقر (۱۳۹۲). سبک زندگی: منشور زندگی در منظر امام رضا(ع)، چاپ اول، مشهد: انتشارات قدس رضوی.
- خسروپناه، عبدالحسین (۱۳۹۲). فلسفه‌ی علوم انسانی: بنیادهای نظری، چاپ اول، قم: مؤسسه‌ی حکمت نوین اسلامی.
- خواص، امیر؛ حسینی قلعه بهمن، اکبر؛ دبیری، احمد؛ حسین شریفی، احمد؛ پاکپور، علی؛ اسلامی، محمد تقی (۱۳۸۸). فلسفه‌ی اخلاق، چاپ پنجم، تهران: دفتر نشر معارف.
- رجبی، محمود (۱۳۸۴)، انسان‌شناسی، چاپ هفتم، قم: انتشارات مؤسسه‌ی آموزشی پژوهشی امام خمینی.
- رضی، شریف. (۱۳۹۰). نهج‌البلاغه. ترجمه علی شیروانی. قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاه‌ها و دفتر نشر معارف.
- ساعتچی، محمود (۱۳۸۳). نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی. چاپ دوم، تهران: نشر ویرایش.
- شفیع آبادی، عبدالله؛ ناصری، غلامرضا (۱۳۹۲). نظریه‌های مشاوره و روان‌درمانی، چاپ نوزدهم، تهران: مرکز نشر دانشگاهی.
- شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۹۱). راهنمایی و مشاوره شغلی و نظریه‌های انتخاب شغل: با تجدید نظر کلی و اضافات، چاپ اول، تهران: انتشارات رشد.
- شیلینگ، لوئیس (۱۳۸۲). نظریه‌های مشاوره (دیدگاه‌های مشاوره)، ترجمه خدیجه آرین، چاپ چهارم، تهران: انتشارات اطلاعات.
- شولتز، دوان، شولتز، سیدنی ال (۱۳۸۳). نظریه‌های شخصیت، ترجمه یحیی سیدمحمدی، چاپ اول، تهران: مؤسسه‌ی نشر ویرایش.

کوری، جerald (۱۳۸۵). *نظریه و کاربرد مشاوره و روان‌درمانی*، ترجمه ی سیدمحمدی، یحیی، چاپ اول، تهران: انتشارات ارسباران.

گرامی، عبدالحسین (۱۳۸۷). *انسان در اسلام*، چاپ هشتم، قم: نشر معارف.

مصباح، محمدتقی (۱۳۹۲). *نقد و بررسی مکاتب اخلاقی*. چاپ سوم، قم: انتشارات مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی.

مصباح، محمدتقی (۱۳۸۸). *فلسفه اخلاق*. چاپ چهارم، تهران: شرکت چاپ و نشر بین الملل.

ماتنی، رابرت. (۱۳۸۹). *مشاور و مراجع: راه‌های یافتن راه‌حل‌های مشکلات*. ترجمه محسن مشکید حقیقی، امیر قربان پور لقمجانی. چاپ اول، رشت: انتشارات بلور.

فتحعلی، محمود (۱۳۸۴). *انسان، راه و راهنماشناسی*، چاپ اول، قم: مرکز انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.

واعظی، احمد (۱۳۸۵). *انسان از دیدگاه اسلام*، چاپ هفتم، تهران: انتشارات سمت.

یوهانسون، نور (۱۳۹۳). *دین و معنویت در روان‌درمانی و مشاوره*، ترجمه فرید براتی سده، چاپ اول، تهران: انتشارات رشد.

Ambrus, Z. (2009). "Theological aspects of Alfred Adler's individual psychology". *European Journal of Science and Theology*, No5, Vol3.

Corey, Gerald (2009). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, Belmont: Thomson Brooks/Cole, a part of The Thomson Corporation.

Carlson, J, Watts, R.E. & Maniaci, M (20006). *Adlerian Therapy: Theory and Practice*, Washington DC: American Psychological Association.

Sharf, Richard S (2012), *Theories of Psychotherapy and Counseling Concepts and Cases*, Belmont: A Division of Cengage Learning, Inc, 20 Davis Drive.

Sperry, Len, & Carlson, Jon. (2013), *how master therapists work: Effecting change from the first through the last session and beyond*, London: Routledge.