



An Inquiry into the Key Concepts and Practical Challenges of Philosophical Counselling

✉ **Muhammad Hasan Ya'qoubian Qomsheh**  / An assistant professor of philosophy and Islamic theology group, Shahid Muthahari University yaghoubian@motahari.ac.ir
Zeinab Tavakoli / A PhD. student of the philosophy of education and a lecturer at Azad University of Esfahan zeina.tavakoli69@gmail.com

Received: 2025/05/31 - Accepted: 2025/08/06

Abstract

Philosophical counselling has emerged within general philosophy and the new movement of philosophical application in the world, and although it is nascent, it has roots in ancient Greece as a philosophy for living. The main issue of this research is to investigate the nature of philosophical counselling and its key concepts, using a descriptive-analytical method and a second-order epistemological approach. The findings indicate that philosophical counselling, with its philo-psychological composite nature, is a type of educational and supportive communication aimed at linking philosophical ideas, with the help of the counsellor, to the client's thought system and beliefs in life situations. Emphasis on components such as drawing upon philosophical ideas from various thought systems, the human belief system and worldview, attention to deep life questions in the client's consciousness, distinguishes philosophical counselling from branches such as existentialist psychotherapies, psychological, and psychoanalytic approaches. The philosophical counsellor also has a dual nature: philosopher-counsellor. The relationship between counsellor and client, with diverse approaches to problem-solving, critical thinking, self-transformation, and analytical and continental orientations, emphasizes concepts such as philosophical well-being in the consistency of the belief system and the restoration of inner and outer balance. Maintaining a balance between distance and closeness to the client and the connection between philosophical concepts and daily life, and deciding whether to prioritize truth or usefulness for the client's well-being, are among the practical challenges of philosophical counselling.

Keywords: philosophy, counselling, philosophical counselling, key concepts.

نوع مقاله: پژوهشی

واکاوی مفاهیم کلیدی و چالش‌های کاربردی مشاوره فلسفی

yaghoubian@motahari.ac.ir

zeina.tavakoli69@gmail.com

✉ محمدحسن یعقوبیان قمشه  / استادیار گروه فلسفه و کلام اسلامی دانشگاه شهید مطهری

زینب توکلی / دانشجوی دکتری فلسفه تعلیم و تربیت و مدرس دانشگاه آزاد اسلامی واحد اصفهان

دریافت: ۱۴۰۴/۰۳/۱۰ - پذیرش: ۱۴۰۴/۰۵/۱۵

چکیده

مشاوره فلسفی ذیل فلسفه عمومی و جنبش نوین کاربست فلسفی در جهان مطرح شده است و اگرچه نوپدید است، اما ریشه‌هایی در یونان باستان به عنوان فلسفه‌ای برای زیستن دارد. مسئله اصلی این پژوهش، بررسی چستی مشاوره فلسفی و مفاهیم کلیدی آن، با روش توصیفی - تحلیلی و رویکرد معرفتی درجه دوم است. یافته‌ها حاکی است که مشاوره فلسفی با ماهیت ترکیبی فیلو - روانی، نوعی ارتباط آموزشی و یاورانه است تا ایده‌های فلسفی به کمک مشاور، به نظام فکری و باور مراجع در موقعیت‌های زندگی گره بخورد. تأکید بر مؤلفه‌هایی مانند تغذیه از ایده‌های فلسفی نظام‌های فکری مختلف، نظام باور و جهان‌بینی انسان، توجه به پرسش‌های عمیق زندگی در خودآگاه مراجع، تمایز مشاوره فلسفی با شاخه‌هایی مانند روان‌درمانی‌های اگزیزستانسیالیستی، روان‌شناختی و روان‌کاوی را شکل می‌دهد. مشاور فلسفی نیز، ماهیت دوگانه فیلسوف - مشاور دارد. رابطه میان مشاور و مراجع نیز، با رویکردهای متنوع حل مسئله، تفکر نقادانه و خوددگرگونی و گرایش‌های تحلیلی و قاره‌ای، بر مفاهیمی چون سلامت فلسفی در سازوکاری نظام باور و بازیابی تعادل درونی و بیرونی تأکید دارد. حفظ میانه دوری و نزدیکی به مراجع و ارتباط میان مفاهیم فلسفی با زندگی روزمره و تصمیم برای حقیقت یا مفید بودن در جهت سلامت مراجع، از جمله چالش‌های کاربردی مشاوره فلسفی است.

کلیدواژه‌ها: فلسفه، مشاوره، مشاوره فلسفی، مفاهیم کلیدی.

مقدمه

فلسفه به‌مثابه دوست داشتن دانایی که ابتدا فیثاغورس (کنی، ۱۴۰۱، ج ۱، ص ۵۱) و سپس سقراط در مقابل ادعای دانایی سوفسطائیان مطرح کردند، دغدغه حقیقت را دنبال می‌نمود، اما در کنار آن، فلسفه به‌مثابه زیستن و با دغدغه‌های کاربردی هم وجود داشت؛ چنان‌که سقراط می‌گفت که زندگی نیندیشیده و نستجیده ارزش زیستن ندارد (کنی، ۱۴۰۱، ج ۱، ص ۸۳). لذا از آغاز، فلسفیدن برای زیستن و فلسفه به‌مثابه شیوه زیستن و حتی به‌عنوان جنبه یاورانه و درمانی نیز مطرح بوده (Hadot, 1995, p225)، و سپس در دوران پس از ارسطو نیز گرایش‌هایی مانند اپیکوریان که هدف فلسفه را سعادت و آرامش می‌دانستند (کنی، ۱۴۰۱، ج ۱، ص ۱۶۶) و خروسیپوس رواقی که از ایفای نقش فیلسوف در زندگی مردم (کنی، ۱۴۰۱، ج ۱، ص ۱۷۲) و مارکوس اورلیوس که از غلبه بر ترس از مرگ و زندگی سالم سخن می‌گفت (اورلیوس، ۱۴۰۰، ص ۵۸ و ۱۹۰) ادامه یافت. امتداد این گرایش در دوران جدید را - با حفظ تمایزات مبنایی‌شان - در تلقی هابز از فلسفه به‌مثابه توانایی برای زندگی (کاپلستون، ۱۳۹۵، ج ۵، ص ۱۵) یا مباحث اسپینوزا در غایت سعادت برای فلسفه و رویکردهای اگزیستانسیالیستی می‌توان دید، که در نهایت به جنبش کاربست فلسفی (Philosophical practice) در دوران معاصر رسیده است. کاربست فلسفی را گاه در امتداد فرونیسیس یا حکمت عملی قدیم دانسته (Costello, 2017, p119) یا تعبیری که آخنباخ در سخنرانی‌اش در نیویورک به‌کار برده، در راستای حکمت عملی به‌مثابه بینش‌هایی برای زندگی است (Achenbach, 1997, p2)؛ گرچه امکان طرح ذیل فلسفه‌های عملی (Applying Philosophy) و کاربردی به معنی نوین را نیز دارد، که ازجمله این جنبه‌های عملی فلسفه، نقش درمانی یا یاورانه است که در سال‌های اخیر منجر به توجه و پیدایش چیزی به نام مشاوره فلسفی (Philosophical counseling) شده است، که احیای آن گرایش عملی به فلسفه را در سر دارد (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۹۹).

مشاوره فلسفی غیر از نسبت‌سنجی صرف فلسفه و مشاوره / روان‌شناسی است که صرفاً ارتباط میان رشته‌ای آنها به شکل کلان را به‌عنوان یک موضوع پژوهش در نظر دارد؛ همچنین متمایز از فلسفه مشاوره است که بنیادها و مسائل فلسفی علم مشاوره را به‌عنوان یک شاخه از فلسفه مضاف دنبال می‌کند. مشاوره با محتوای فلسفی را در امتداد تاریخ سلامت روان می‌توان دید؛ تاریخی که گویای تجربه رویکردهای زیست‌شناختی در تمسک به شیوه‌هایی نظیر به زنجیر کشیدن و جراحی روده‌ها و بینی و لُب‌برداری از مغز بوده است (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۹-۱۵)، تا اینکه به‌تدریج رویکردهای روان‌کاوی جایگزین آن شدند، اما در دوران معاصر نیز به دلیل حمایت بیمه‌ها از روش‌های زیستی و دارویی و به‌ویژه منفعت صنعت دارو در جهان، رویکردهای زیستی و پزشکی به حیات پررنگ‌تر خود ادامه دادند و پروزاک و لیتیموم میدان‌دار سلامت روان بودند، اما مشاوره فلسفی به نقد پزشکی کردن مشکلات روانی و اخلاقی (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۲۷) و پزشکی‌زدگی فرهنگ سلامت روان معاصر می‌پردازد و به تعبیر لو مارینوف،

افلاطون را جایگزین پروزاک می‌کند تا مراجعان را افرادی در نظر بگیرد که با مسائل زندگی دست‌وپنجه نرم می‌کنند (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۲۸). هسته مرکزی فرهنگ سلامت معاصر DSM است که به‌ویژه از ویراست سوم، به رویکرد توصیفی اختلالات و دردمون‌ها بر اساس نگاه روان‌پزشکی تنظیم شده است (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۳۲).

تاریخچه مشاوره فلسفی را برخی چون رن لهاو به چهار دوره تقسیم می‌کنند: دوره نخستین آن مربوط به تأسیس اولین انجمن و مرکز مشاوره فلسفی توسط گرد آخنباخ (Gerd Achenbach) در اروپا در سال ۱۹۸۲ و گروه دومی در دانشگاه آمستردام هلند است، که شخصیت اصلی آن فیلسوفی دانمارکی به نام هوگندیک (Hoogendijk) است؛ دوره دوم مربوط به شکل‌گیری اولین کنفرانس بین‌المللی در سال ۱۹۹۴ در دانشگاه بریتیش کلمبیای کانادا با حضور فیلسوفانی از چندین کشور است که در سال‌های بعدی نیز ادامه می‌یابد (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۳۵). در همین دوره، در امریکا دو انجمن بزرگ در پایان قرن بیستم شکل می‌گیرد: یکی انجمن ملی مشاوره فلسفی (NPCA) در سال ۱۹۹۰ با اشخاصی مانند الیوت کوهن که روش (Logic - based therapy) یا درمان منطقی‌محور و استفاده از تفکر انتقادی را دنبال می‌کنند (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۳۳ و ۱۳۴) و دیگری، انجمن کاربران فلسفی امریکا (APPA) در نیویورک در سال ۱۹۹۸ با شخصیت‌هایی چون لو مارینوف است. با انتشار کتاب‌هایی از لو مارینوف و دیگران؛ همچنین انتشار مجله *Philosophical Practice* در انجمن کارورزان فلسفی جهت معرفی بهتر به مخاطبان عمومی، دوره سوم این جنبش شکل گرفته است؛ در دوره چهارم، مشاوره فلسفی توسط کسانی چون خود لهاو، کوشیده است تا به طراحی شکل‌های جدیدتر و متفاوتی از روان‌درمانی بپردازد که از جمله آنها هم‌نشینی فلسفی به شکل آنلاین در سطح بین‌المللی است. این آگورای آنلاین که در سال ۲۰۱۴ شکل گرفته، بیش از روش، یک فرایند است (لهاو، ۱۳۹۹ ب، ص ۲۴)، و هم‌نوایی و گفت‌وگوی فلسفی میان جویندگان تشنه در یک راه بدون پایان را دنبال می‌کند (لهاو، ۱۳۹۹ ب، ص ۳۲ و ۳۳).

مشاوره فلسفی در کشورهای شرقی نیز شکل گرفته است. در هند، علاوه بر التفات دانشگاهی به مشاوره فلسفی، انجمن‌هایی مانند انجمن کارورزان فلسفی هند شکل گرفته است (Shukla, 2020). ریشه‌های جنبش کاربرست فلسفی در سنت حکمی چینی نیز محل کاوش قرار گرفته (Xiaojun, Caifeng & Feng, 2024, p2) و کسانی چون لو مارینوف از فلسفه و حکمت‌هایی چون «آی چینگ» (I ching) چینی در مباحث و مدل مشاوره خود بهره برده‌اند (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۳۲۲). در ایران نیز در سال‌های اخیر، به تدریج کتاب‌های مشاوره فلسفی ترجمه شده است و به شکل پراکنده افرادی در فضای مجازی یا کلینیک‌های درمانی بدان پرداخته‌اند. برخی دانشگاه‌ها مثل دانشگاه زنجان اولین گروه مشاوره فلسفی را ایجاد کرده و برخی پایان‌نامه‌های دانشگاهی به این موضوع پرداخته‌اند. این پژوهش در نظر دارد تا به مثابه فلسفه مشاوره فلسفی، به چیستی مشاوره فلسفی و واکاوی مفاهیم کلیدی سه‌گانه آن یعنی مشاور، مراجع و رابطه مشاوره در ماهیت تفصیلی‌اش بپردازد، تا با تحلیل آنها، ماده و صورت مشاوره

فلسفی به لحاظ نظری و چالش‌های عملی و کاربردی آن تبیین گردد. روش بحث، توصیفی - تحلیلی است و رویکردی درجه دوم، نسبت به مشاوره فلسفی دارد.

۱. چپستی مشاوره فلسفی (به مثابه یک فلسفه گرم)

معمولاً در توصیف چپستی مشاوره فلسفی با دو رویکرد ایجابی و سلبی به چه هستی و چه نیستی آن می‌پردازند تا ماهیت آن شفافیت بیشتری بیابد. در رویکرد ایجابی نیز، توجه به مهم‌ترین مؤلفه‌ها یا روش یا کاربست آن (راب، ۱۳۹۸، ص ۴۴-۹۱) مورد توجه قرار می‌گیرد. در این بخش با نظر به چپستی اجمالی، چه هستی و چه نیستی آن تبیین می‌شود.

۱-۱. چه هستی

در چه هستی مشاوره فلسفی، لازم است تا ابتدا به مؤلفه‌های مشاوره و فلسفه بپردازیم. چپستی و تعریف معمول علم روان‌شناسی به عنوان بررسی علمی رفتار و فرایندهای ذهنی است (اتکینسون و دیگران، ۱۳۹۱، ص ۴۲) که به عنوان یک پرسش فلسفی نیز، در مباحث فلسفه علم روان‌شناسی، محل توجه قرار گرفته و چنین تعریف شده که روان‌شناسی، با رویکرد تجربی و به شکل مشاهده نظام‌مند به شناخت ذهن و پدیدارهای ذهنی می‌پردازد (وایسکاف و آدامز، ۱۴۰۰، ص ۵۲)، و درواقع غایت و دغدغه اصلی آن، خودفهمی و خودشناسی انسان است (باقری، ۱۴۰۱، ص ۲)، و در این راستا به مسائلی از جمله سلامت روان، اختلالات روانی، خودشکوفایی و کمک به مراجع برای زندگی بهتر می‌پردازد. در باب مشاوره نیز، اشاره شده است که مشاوره، ارتباطی دو یا چند سویه بین مشاور و مراجع، مبتنی بر آموزش و یادگیری در جهت وظیفه یاورانگی است که مشاور باید به آن تعهد اخلاقی داشته باشد. درواقع، چهار مفهوم اساسی ارتباط، آموزش و یادگیری، یاورانگی و تخصص به اضافه تعهد و اخلاق، ماهیت مشاوره را شکل می‌دهند (قائدی و پورآقا، ۱۴۰۰، ص ۶۱)، و در خدمت آن به مثابه یک مهندسی گفت‌وگویی جهت درمان و خدمات یاورانه هستند (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۱۶).

اما در باب مؤلفه دوم؛ یعنی چپستی فلسفه در کتب فلسفه سخن بسیار گفته شده است. از مشاوران فلسفی، برخی چون رن لهاو بدین مؤلفه تمرکز و توجه بیشتری داشته و تبیین نموده است که فلسفه، گفتمانی است که با ترکیب شبکه ایده‌ها یا نظریه‌های منسجم و یا استفاده از قدرت ذهن، به شیوه‌ای خلاقانه و گفت‌وگویی، به موضوعات اساسی وجود و بنیادین زندگی می‌پردازد (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۳۲)، و ایده‌های فلسفی با استعاره شنیداری یا موسیقایی، به عنوان ندهایی هستند که از سوی واقعیت می‌آیند (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۵۹)، و می‌توانند یکدیگر را در یک سمفونی کلی تکمیل کنند تا مسئله بنیادین زندگی را برای انسان، آکنده‌تر و عمیق‌تر کنند و منجر به رشد شخصی و خوددرگون‌سازی او شوند (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۵۹).

بدین‌سان، مشاوره فلسفی، نوعی ارتباط آموزشی و یاورانه میان مشاور و مراجع است تا اندیشه‌های فلسفی به کمک مشاور، به نظام فکری و باور مراجع در موقعیت‌های زندگی گره بخورد و خودفهمی و خودشناسی عمیق‌تری

را برای او به ارمغان آورد. از این رو مشاوره فلسفی درواقع، یک ماهیت ترکیبی فیلو - روانی دارد، و علاوه بر اخذ برخی شیوه‌های روان‌شناختی و فرم و صورت مشاوره، به حل مسئله مراجع یا ساخت خانه فلسفی و غنی‌تر کردن و عمیق‌تر شدن زندگی‌اش بپردازد. لذا ماهیت چنین فلسفه‌ای در مشاوره فلسفی که به موقعیت انضمامی و هدایتگری مراجع به کمک نواهای فلسفی در زندگی می‌پردازد، نوعی فلسفه گرم است که از لابه‌لای خطوط کتاب‌ها خود را به کوچه پس کوچه‌های زندگی کشیده و با مردم کوچه و خیابان نیز می‌تواند ارتباط برقرار کند (لهاو، ۱۳۹۹ ب، ص ۳۰)، و چنان‌که از حیث فلسفی و تغذیه از ایده‌های فیلسوفان، ارتباط خود با فلسفه انتزاعی را محفوظ می‌دارد، اما از آنجاکه به‌مثابه یک فلسفه گرم است، نسبتی با فلسفه عمومی (Public Philosophy) دارد. فلسفه عمومی با باز کردن درهای محافل آکادمیک و عبور از مخاطبان تخصصی صرف، به آگورا و مخاطب عمومی در خیابان نیز نظر می‌کند. صرف‌نظر از اختلاف‌نظرهایی که در تبیین هدف فلسفه عمومی وجود دارد، نوعی اندیشیدن انتقادی - تحلیلی و عمیق‌تر را برای زندگی عموم انسان‌ها مد نظر دارد (Lam, 2019, p4) و از طریق مدیوم‌ها و ابزارهای مختلف به آموزش آنها می‌پردازد. از یک حیث، مشاوره فلسفی نیز ذیل فلسفه به‌مثابه درمان و هنر زندگی قرار دارد که گونه و بخشی از فلسفه عمومی است، اما همانند برخی تحلیل‌ها مثل دویلرز، زندگی را رنج و عذاب محض نمی‌داند (دویلرز، ۱۴۰۰، ص ۹)، و یا اینکه زندگی مرضی باشد که باید از آن علاج پیدا کنیم (دویلرز، ۱۴۰۰، ص ۱۱)؛ چه اینکه این نگاه به زندگی، خود، پرسشی فلسفی و نیازمند فلسفیدن است و اگرچه درست است که نگاه فانتزی و خوش‌بینانه صرف به آن، منجر به مشکلاتی می‌شود و اینکه واقعیت زندگی، چالش‌ها و مشکلاتی را فراروی ما قرار می‌دهد، اما به همان میزان، نگاه یکسره منفی نیز، خود، چالش و آسیب است و زندگی را به کام رنج و درد و مرگ می‌کشاند و لذا این نظر، گاه، خود، نیازمند مشاوره فلسفی است!

۱-۲. چه نیستی

در باب چه نیستی مشاوره فلسفی، به‌ویژه در مقام تمایز با مشاوره‌ها و روان‌درمانی‌های معمول، دو رویکرد عمده وجود دارد: رویکرد نخست به تمایز میان مشاوره فلسفی با دیگر رویکردهای روان‌درمانی و مشاوره، به‌ویژه با گرایش روان‌شناختی، نظر دارد؛ چه اینکه روان‌پزشکی، کمک به افراد برای بازیابی بهنجار سلامت است (کوهن و زینج، ۱۴۰۰، ص ۳۳) و با نوعی نگرش پزشکی‌زده مبتنی بر DSM، به دسته‌بندی افراد ذیل عناوین و اختلالات روانی مشغول است. روان‌شناسی نیز، با روان انسان‌ها و فرایندهای هیجان، اندیشه و رفتار کار دارد، اما فلسفه با ایده‌ها و اندیشه‌هایی سروکار دارد که مربوط به زندگی و دگرگون ساختن آن هستند (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۴۳). این ایده‌ها را هم نه به‌عنوان ابزاری برای روان‌درمانی مراجع چنان‌که در روان‌شناسی معمول است، بلکه برای آن می‌خواهد که درباره آنها با مراجعان خود گفت‌وگو کند (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۵۰)؛ گفت‌وگویی هم که نه یک فن روان‌شناختی، بلکه برای هدایت به‌سوی ادراک جهان و افق‌های پیچیده آن با انتهای باز است (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۵۰) و با خودآگاه

مراجع کار دارد و نه ناخودآگاه او که برای کشف علتی در گذشته باشد. همچنین از منظر مشاوره فلسفی، بیماری با ناراحتی‌های شخص فرق دارد که در مواجهه با مسائل طبیعی زندگی رخ می‌دهند و لزوماً درمانی پزشکی یا روان‌شناختی ندارند (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۱۵)، بلکه ریشه در باورهای ذهنی انسان دارد و نیازمند مواجهه‌ای فلسفی است (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۱۶). علاوه بر اینها، محل توجه روان‌شناسی به زندگی نیز، زندگی عادی و روزمره است، اما مشاوره فلسفی به دنبال فرارفتن از زندگی عادی و آکنده و غنی‌تر کردن آن برای رسیدن به عمیق‌ترین افق‌های وجود انسانی است (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۴۴).

در مقابل، برخی در رویکرد دوم به عدم تمایز برجسته و تفکیک کامل مشاوره فلسفی از روان‌درمانی تأکید دارند؛ چه اینکه مسائل فلسفی نیازمند مهارت‌های روان‌شناختی و نیازمند اطلاعاتی در ارجاع درست مراجع به روان‌پزشک است (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۶۹). برخی چون جان میلز، این جداسازی را کار آسانی نمی‌دانند؛ چراکه مشاوره فلسفی نیز حق الزحمه دریافت می‌کند و به دنبال ارتقای سلامت مراجع است و ادعای اثربخشی دارد (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۲۵)، و لذا استقلال واقعی میان فعالیت روان‌شناختی و فلسفی وجود ندارد (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۲۷). پیتر راب نیز، به شکل تفصیلی، دیدگاه‌های مختلفی که قائل به تمایز میان مشاوره فلسفی با روان‌درمانی هستند را در شش مقوله روش، موضوع، توانایی‌های فلسفی، رابطه مشاور و مراجع، اهداف و فرایندها و ارزش‌هایی مانند اختیار انسان و فراوری از تجربیات روزمره زندگی، دسته‌بندی و به تفصیل نقد می‌کند (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۲۸-۱۶۷)؛ چه اینکه دیدگاه‌های ذیل رویکرد نخست در باب برجسته کردن تمایز، تنوع رویکردهای روان‌درمانی را نادیده می‌گیرند و در مواردی مانند توجه به ضمیر خودآگاه یا دلیل به جای علت، تنها روان‌کاوی تحلیلی را مد نظر دارند، اما نتیجه آن را به یک کل مبهم از روان‌درمانی تعمیم می‌دهند (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۳۰)؛ درحالی‌که مواردی از توجه به خودآگاه مراجع، گفت‌وگو، تعامل مراجع و مشاور، ایده‌ها و باورهای مراجع و جست‌وجوی حقیقت در روان‌درمانی‌های پویا، شناختی، وجودی و روش‌الیس نیز، وجود دارند. برخی ویژگی‌ها مانند تخصص فلسفی مشاور نیز، در درمان‌های اگزیستانسیالیستی وجود دارد و با دیگر انواع روان‌درمانی، تنها در میزان مهارت و تخصص، تمایز ایجاد می‌کند، نه اینکه دال بر تمایز ماهوی و نوعی، بین مشاوره فلسفی و روان‌درمانی باشد (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۴۲)؛ از این رو در پایان معتقد است که چندان تمایز بنیادینی میان آنها یافت نمی‌شود (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۶۸)، بلکه بیش از تفکیک باید از یک رابطه دیالکتیکی، مبتنی بر رابطه و همکاری و رقابت بین آنها سخن گفت (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۶۸).

در دآوری میان دو رویکرد مذکور در نسبت میان کاربرست فلسفی و روان‌شناختی در درمان، می‌توان گفت که از افراط‌ها و تفریط‌ها در تمایز یا تعامل باید برحذر بود؛ چه اینکه نه چندان یکی هستند که اساساً جایی برای طرح مشاوره فلسفی نماند و نه چندان متمایزند که مشاوره فلسفی را از خدمات باورانه و همکاری با روان‌شناسی دور کند و به دامن فلسفه انتزاعی بازگرداند. چنان‌که خود پیتر راب نیز در رویکرد ایجادبی در چپستی مشاوره فلسفی، به عناصر

بنیادین آن می‌پردازد و مواردی مانند استفاده از آموزش التفاتی مستقیم برای خودراهبری مراجع و درگیر کردن آن در یک پژوهش فلسفی (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۸۳) و اینکه می‌خواهد از مراجع یک فیلسوف بسازد (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۱۲) را از جمله ممیزات مشاوره فلسفی می‌داند؛ لذا اگرچه قابل تمایزند، اما قابل تفکیک نیستند.

همچنین لازم به ذکر است که نکته راب در مفروضی پنهان رویکرد تمایز بر فروکاهش روان‌درمانی به روان‌کاوی؛ اگرچه درست است، اما باید توجه داشت که نکات تبیین‌شده برای تمایز نیز، گام‌به‌گام و مرحله‌ای هستند و نه اینکه هرکدام به‌تنهایی و منحصرأً به تعبیر علم منطق، مانع باشند؛ چه اینکه مؤلفه‌هایی مانند تأکید بر خودآگاه و دلیل، به‌جای ناخودآگاه و علت، موجب تمایز با روان‌کاوی هستند و تمایزات دیگر مانند توجه به نظام باورها و قیاس‌های سمی و یا بنیان‌های زندگی، روش‌های دیگر روان‌درمانی را از تعریف و قلمرو کاربست فلسفی خارج می‌کنند. تأکید بر جهان‌بینی کلی مراجع و نظام پیچیده‌تری از ارتباط باورها با یکدیگر، موجب تمایز بیشتر با روان‌درمانی شناختی یک و درمان عقلانی - هیجانی - رفتاری آلبرت ایلس می‌شود (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۴۵)؛ گرچه در این موارد نیز، بیش از آنکه فلسفه به روان‌شناسی نزدیک شده باشد، روان‌شناسی است که از عناصر ادراکی و گفت‌وگوی سقراطی بهره برده است و باید خود را از فلسفه متمایز نگاه دارد. در ادامه، رویکردهای روان‌درمانی اگزیستانسیال نیز وجود دارند؛ مانند فرانکل که از معنادرمانی و بودن انسان در جهان سخن می‌گوید (فرانکل، ۱۴۰۰، ص ۸)، و یا روان‌درمانی اگزیستانسیال اروین یالوم که نوعی روان‌پویه‌شناسی حاصل از تعارض رویارویی فرد با مسلمات هستی تعریف می‌شود (یالوم، ۱۴۰۰، ص ۲۳)، یا دازاین‌کاوی هایدگری که به دنبال فهم جهان و ساختارهای زندگی (جباری، ۱۳۹۳، ص ۱۶۲) و یک عمل وجودی است (جباری، ۱۳۹۳، ص ۱۶۴) تا به شخص کمک کند که به گشودگی و قیام ظهوری نسبت به موقعیت خودش برسد (جباری، ۱۳۹۳، ص ۱۷۸). در این موارد نیز چنان‌که خود راب نیز در یک تقسیم‌بندی نشان می‌دهد، در وهله اول می‌توانیم میان روش‌هایی که ترکیب روان‌شناسی و فلسفه هستند و به نحوی خود را بیشتر ذیل روان‌شناسی قرار می‌دهند (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۰۸-۱۱۰) مانند موارد قبلی، با روش‌هایی که فلسفی‌ترند و مرحله‌ای از خدمات یاورانه به مراجع ارائه می‌دهند، تمایز قائل شویم. در ادامه، برخی مانند رن لهاو اضافه می‌کنند که روان‌درمانی‌های وجودی، متعهد به یک نظام یا نظریه فلسفی خاص مانند اگزیستانسیالیسم هستند و در طی فضای مشاوره، مراجع، فضای چندانی برای به چالش کشیدن انگاشته‌های آن نظام فلسفی را ندارد، برخلاف مشاوره فلسفی که در انحصار یک نظام فلسفی مشخص نمی‌ماند (لهاو، ۱۳۹۹، الف، ص ۵۱).

در همین راستا قابل ذکر است که مشاوره فلسفی، یک مشاوره مذهبی / دینی یا کلامی هم نیست، که تعهد به یک نظام دینی یا تخصص الهیاتی مشخص داشته باشد و مراجع را در حوزه اعتقادات، به‌سوی هدف متعالی خاصی در زندگی انسان، هدایت کند (کوهن، ۱۳۹۹، الف، ص ۳۵)؛ همچنین با مراقبت معنوی (احمدی فراز و دیگران، ۱۳۹۶، ص ۲۹) یا آسیب‌شناسی عرفانی در مشاوره‌های معنوی نیز، متمایز است؛ اگرچه مسئله معنویت می‌تواند یکی

از مسائل مهم مشاوره فلسفی باشد (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۲۸۳). در همین جا لازم به ذکر است که مؤلفه ژرف‌اندیشی فلسفی که رن لهاو طرح می‌کند، به‌نوعی به تجربه یا مراقبه معنوی نزدیک می‌شود؛ چراکه این ژرف‌اندیشی که از توجه به ایده‌های فلسفی برآمده، منتهی به تجربه‌ی لو (Lu experince) می‌شود که در ارتباط با عمق درون و یک واقعیت بزرگ‌تر (خیالی یا حقیقی خارجی)، ایده‌ها دریافت می‌شود (لهاو، ۱۳۹۹، ص ۴۷). البته او با این قید که تا مادامی که این امر منجر به پذیرش مرجعیتی مذهبی با متون مقدس یا مَرشد نداشته باشد و آزاد از جزم‌اندیشی باشد، ابایی از پذیرش آن ندارد (لهاو، ۱۳۹۹، ص ۲۶)، اما به نظر می‌رسد که با این قیود نیز، مشاوره فلسفی، به مشاوره معنوی نزدیک و موجب تداخل در چه نیستی آن خواهد شد. از این رو پژوهش فلسفی که پیتر راب مطرح می‌کند و همین‌طور نوع التفات لو مارینوف به مسئله معنویت، به مشاوره فلسفی نزدیک‌تر است تا ژرف‌اندیشی معنوی، آن‌گونه که لهاو بدان رسیده است؛ هرچند که این نکته مانع از آن نیست که نظر لهاو، حاوی عناصر مهم و قابل قبولی از جمله این نکته کلیدی است که جست‌وجو و کندوکاو، به‌مثابه یک شیوه بودن است (لهاو، ۱۳۹۹، ص ۱۰۱).

برخی نیز در تبیین مشاوره فلسفی به‌نحوی به یکسان‌انگاری مشاوره فلسفی با فلسفه برای کودکان می‌رسند، با این تمایز بالعرض که به بزرگسالان تعلق دارد (قائدی و پورآقا، ۱۴۰۰، ص ۲۳۷-۲۳۸). اما به نظر می‌رسد که علی‌رغم برخی تشابهات روشی و یا اینکه برخی از روش‌های فیک، لوازم و تأثیرات درمانی برای کودکان دارند (قائدی و پورآقا، ۱۴۰۰، ص ۲۳۸). ارتباط یاورانه و استفاده از محتوای ایده‌های فلسفی - نه صرف صورت نقادانه اندیشه - که در مشاوره فلسفی وجود دارد، تمایز نسبی خود با فیک را محفوظ می‌دارد و دست کم، کارکرد فیک تنها با رویکرد تحلیلی و نقادانه در مشاوره فلسفی همراهی دارد و شامل رویکرد خودتغییری و خودتوسعه‌ای نمی‌شود که در ادامه اشاره خواهند شد.

همچنین مشاوره فلسفی با پدیده‌هایی مانند لایف کوچینگ (Life coaching) و منتورینگ (Mentoring) نیز متمایز است؛ چراکه کوچینگ با دغدغه موفقیت و تأکید بر یادگیری و خلاقیت، می‌کوشد تا توان فردی و حرفه‌ای فرد را ارتقا دهد (متحدین و جهانگیر، ۱۴۰۲، ص ۲۰) و منتورینگ کسب مهارت و دانش از یک متور متخصص و باتجربه در یک حرفه خاص را مد نظر دارد (متحدین و جهانگیر، ۱۴۰۲، ص ۳۰)، و اینها با مبنای فلسفی مشاوره فلسفی و عمق آن در مسائل بنیانی زندگی و دغدغه‌های فراتر از موفقیت و کسب و کار، فاصله دارد و به قول لهاو، تنها به تزئین و رضایت درون غار افلاطونی شخص نظر ندارد، بلکه خروج از غار زندگی روزمره را در نظر دارد که فراتر از ایده موفقیت است (لهاو، ۱۳۹۹، الف، ص ۴۴).

۲. مفاهیم بنیادین مشاوره فلسفی

پس از تبیین تاریخچه مختصر و چستی اجمالی مشاوره فلسفی، به ارکان بنیادین آن می‌پردازیم؛ چه اینکه اگرچه در مباحث قبلی به چستی و ماهیت کلی مشاوره فلسفی پرداختیم، اما به تعبیر پیتر راب، مشاوره فلسفی امر بسیطی دارای یک عنصر صرف نیست، بلکه مانند یک رشته درهم بافته از طناب است (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۶). لذا به ارکان

مشاوره فلسفی در مؤلفه‌های تفصیلی می‌پردازیم که عناصر جزئی‌تر آن نیز چنان‌که راب بدان‌ها پرداخته است، ذیل این مؤلفه‌ها مطرح خواهد شد. ارکان مشاوره فلسفی در نگاه اول همان ارکان مشاوره است که شامل مثلث مشاور، مراجع و رابطه مشاوره میان آنها می‌شود، و البته از یک حیث اگرچه رابطه قائم به طرفین رابطه و متأخر از آن است، اما از آنجاکه مؤلفه سوم، نوع خاصی از مشاوره است که در ماهیت مشاوره فلسفی گذشت، نقش مشاور و نوع مخاطب یا مخاطبان آن نیز، به وسیله آن و متأخر از آن، بازتعریف می‌شوند. رابطه مشاوره نیز به لحاظ ماده / محتوا و صورت آن به لحاظ رویکرد، روش و فنون، حاوی نکاتی است که در ادامه می‌آید.

۲-۱. مشاوره فلسفی (رابطه بین مشاور و مراجع)

رابطه مشاور و مراجع در مشاوره فلسفی، چپستی خود را از ماهیت فیلو - روانی مشاوره فلسفی دریافت می‌کند. به لحاظ نظری، ماهیت آن در دو بُعد ماده و صورت و به لحاظ عملی، چالش‌های کاربردی آن قابل بحث است.

۲-۱-۱. ماده و محتوی (سلامت فلسفی)

به لحاظ دامنه کار مشاوره فلسفی برخی حوزه‌های مختلفی نظیر پرسش‌های وجودی، موضوعات هویتی، عزت نفس و ارتباط با دیگری و... را مطرح نموده‌اند (راب، ۱۳۹۸، ص ۴۲). در همه اینها سلامت مراجع حائز اهمیت بسیاری است. درواقع، ازجمله مهم‌ترین و کلیدی‌ترین مفاهیم مشاوره فلسفی از حیث محتوا، سلامت فلسفی است. سلامت ازجمله مفاهیم مهمی است که غیر از معنای پزشکی و فیزیولوژیک، در باب روح و روان انسان نیز مطرح است؛ ازجمله آنها سلامت روان‌شناختی است که معمولاً با مؤلفه‌هایی نظیر ادراک همخوان با واقعیت، توان کنترل اختیاری رفتار، عزت نفس و پذیرش و... تعریف می‌شود (اتکینسون و دیگران، ۱۳۹۱، ص ۵۲۴)، و در مقابل آن، فقدان این مؤلفه‌ها یا ناهنجاری با هنجارهای آماری یا اجتماعی را ناهنجاری می‌نامند (اتکینسون و دیگران، ۱۳۹۱، ص ۵۲۳)؛ ازاین‌رو ارایش فروم اشاره می‌کند که سلامت روان به دو معنی است: یکی معنی اومانستی که عملکرد سیستم روانی، رشد مطلوب را داشته باشد؛ دیگری معنی جامعه‌شناختی است که به معنی سازگاری با جامعه است (فروم، ۱۳۹۹، ص ۴۹). در کنار سلامت سایکولوژیک، سلامت معنوی مطرح است. سلامت معنوی به زبان ساده، وضعیتی است دارای مراتب گوناگون که متناسب با ظرفیت‌ها و قابلیت‌های فرد، منجر به ارتقای کیفی روابط فرد با خدا، خود، خلق و خلقت می‌شود و نتیجه نهایی آن، ارزشمندی زندگی و معناداری مرگ در سایه قرب به خداوند است (احمدی فراز و دیگران، ۱۳۹۶، ص ۳۰). البته رابطه سلامت معنوی با سلامت روان‌شناختی نیز، معمولاً رابطه مثبتی دارد (سهرابی‌فر و دیگران، ۱۴۰۲، ص ۲۰۷)؛ همچنین معنویت بعضاً به‌عنوان یک مسئله در سلامت فلسفی مورد توجه قرار می‌گیرد که فقدان آن موجب ناراحتی در زندگی شخص خواهد شد (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۲۸۲)، اما در مشاوره فلسفی، سخن از سلامت فلسفی است.

سلامت فلسفی از حیث درونی شامل سازواری و انسجام ذهنی و تیم درونی می‌شود. در سازواری ذهنی، خوشه شناختی و نظام باور انسان باید به دور از تضاد و ناهماهنگی باشد و همچنین شخص بتواند خانه فلسفی

خود را به شکل کارآمد بسازد (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۳۴۱): در بُعد تیم درونی نیز، شخص باید بتواند صداهای مختلف درون خود را بشنود و یک گفت‌وگو بین آنها ایجاد کرده تا به‌عنوان یک مربی، یک تیم منسجم درونی داشته باشد (شولتس فن تون، ۱۴۰۰، ص ۶۹).

از حیث بیرونی، ارتباطات برونی شخص در ارتباط با جهان و دیگری‌ها مطرح است؛ چه اینکه به زبان هایدگری، انسان با جهان و در جهان است و در این جهان با دیگران مساهمت دارد (جباری، ۱۳۹۳، ص ۱۶۸). ایجاد ارتباط موزون و متناسب، بخشی از سلامت فلسفی است که البته مرهون تلقی فکری فرد از دیگری است.

دستیابی به سلامت فلسفی در دو حیث درونی و برونی فرد و اکتساب تناسب و توازن، درواقع، ریشه در مفهوم تعادل دارد؛ چنان‌که در روش‌های مختلف مشاوران فلسفی، شخص از مشکلات و ناراحتی‌های زندگی رها شده و به تعادل می‌رسد. همان‌گونه که برخی گفته‌اند اصلی‌ترین وظیفه مشاور، بازگرداندن تعادل مراجع است (راب، ۱۳۹۹، ص ۱۰۰). لومارینوف نیز، مرحله پنجم روش خود را تعادل (Equilibrium) می‌داند که در مرحله آخر، مراجع، توازن خود را دوباره به‌دست می‌آورد (مارینوف، ۱۴۰۱، ص ۵۵) و رولو می‌ریشه مشکلات افراد را در عدم سازوکاری شخصیت درونی مراجع می‌داند (می، ۱۴۰۱، ص ۱۹).

البته توجه به مفهوم سلامت در مشاوره فلسفی این پرسش جدی را نیز برانگیخته است که آیا مشاوره فلسفی به‌مثابه درمان است؟ برخی چون آخنباخ و مایکل راسل جنبه درمانی آن را نپذیرفته‌اند؛ چراکه هدف مشاور را تغییر مراجع ندانسته و شروط درمانی را در مشاوره فلسفی غایب می‌دانند (راب، ۱۳۹۸، ص ۷۰-۷۱). در مقابل، برخی ایدئال فیلسوف یونانی را پزشک مهربان دانسته (راب، ۱۳۹۸، ص ۷۴) و یا عده‌ای ادعا کرده‌اند که فلسفه در ذات خود، تماماً با ادعای خاصیت درمانی همراه است (دویلرز، ۱۴۰۰، ص ۱۰)؛ چیزی که همچنان نیز در متافلسفه و ارزش عملی فلسفه در برابر بیماری‌های فکری محل بحث است (اورگارد، گیلبرت و بروود، ۱۳۹۸، ص ۲۹۵). البته نپذیرفتن بُعد درمانی برای فلسفه به معنی نفی اثربخشی و خدمات یاورانه آن نیست؛ چه آنان که از گروه دوم هستند نیز، نقش اثربخشی و یاورانه ایده‌های فلسفی در زندگی را انکار نمی‌کنند. علاوه بر اینکه مشاوره فلسفی در مفهوم سلامت، منحصر در آسیب‌زدایی و درمان نیست، بلکه به مراجع سالم در ارتقای سلامت نیز توجه بسیاری دارد که مانع از فروکاهش نقش آن به بعد سلبی و درمانی است.

۲-۱-۲. صورت و فرم مشاوره فلسفی

در نحوه و صورت ارائه خدمات یاورانه در مشاوره فلسفی، رویکرد، روش و فنون آن مطرح است. رویکرد، به‌معنای شیوه و سبک کارورز فلسفی است. بنا به اغراض مورد نظر در خدمات یاورانه، برخی به سه رویکرد حل مسئله، رویکرد تفکر انتقادی و رویکرد خوددگرگونی یا خودتوسعه‌ای اشاره کرده‌اند (Nagaraj and Ramakrishnan, 2022, p371). رویکرد اول تنها به دنبال حل مسئله مبتلا به مراجع، فی‌المثل در کار یا ازدواج و... است؛ رویکرد دوم با آموزش تفکر

انتقادی به دنبال ارائه توانایی فکری به فرد در چالش‌های مختلف زندگی‌اش است؛ چنان‌که در روش LBT الیوت کوهن می‌توان دید (Cohen, 1995, p83)؛ رویکرد سوم که خود را رویکرد خردگرایانه و نه لزوماً تحلیلی و انتقادی می‌داند را در کار رن لهاو می‌توان مشاهده نمود؛ چنان‌که خودش نیز بدان اذعان دارد و از هدف تعالی‌بخشی و غنی‌تر کردن زندگی مراجع در این رویکرد سخن می‌گوید (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۳۸).

به لحاظ مبنای فلسفی، برخی از رویکردها را می‌توان در راستای مباحث تحلیلی ویتگنشتاین قرار داد؛ مانند روش درمان منطقی‌محور و یا در راستای فلسفه‌های قاره‌ای؛ چنان‌که در مباحث لو مارینوف یا رن لهاو می‌بینیم. در این رویکرد دوم، علاوه بر مباحث تفکری و شناختی، به ابعاد هیجانی و عاطفی مراجعان در زندگی نیز توجه شده است. البته ریشه‌های محتوایی را تا فیلسوفان کلاسیک می‌توان دنبال نمود؛ چنان‌که برخی مانند ویلیام فرایولو در درمان اضطراب از مباحث رواقیان (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۸۵) و یا در آسیب‌شناسی قیاس‌های سمی مراجع از رویکرد ارسطویی استفاده نموده‌اند (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۳۳).

در مقابل، مشاوران دیگری از افلاطون بهره بیشتری برده‌اند؛ چنان‌که لو مارینوف از افلاطون به‌جای پروزاک سخن می‌گوید، یا رن لهاو با الهام از غار افلاطونی از محدودیت‌هایی سخن می‌گوید که افراد خود را در آن غار خودساخته زندانی می‌کنند (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۵۴) و البته با خوددرگون‌سازی، می‌توانند از غار خود بیرون روند (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۱۳۲). پیتر راب نیز الگوی خود را شبیه تمثیل غار افلاطون می‌داند تا به مراجع به‌عنوان یک زندانی کمک نماید که بتواند به رهایی برسد (راب، ۱۳۹۹، ص ۲۲۷).

اما روش، مجموعه یا سیستمی از اعمال، رویه‌ها و فنونی است که در رویکرد مشاوره فلسفی به‌کار گرفته می‌شود (راب، ۱۳۹۸، ص ۸۸). البته در باب روش مشاوره فلسفی نیز یک اختلاف مبنایی حاکی از آن است که برخی چون گرد آخنباخ از مشاوره به‌عنوان یک هنر سخن گفته‌اند. او با استمداد از استعاره ناخدا و سکان‌دار کشتی اشاره می‌کند که گفت‌وگوها در مشاوره فلسفی هیچ روش خاصی ندارد (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۰۴)؛ اگرچه به تعبیر راب، آخنباخ چند قانون دارد که می‌تواند به‌منزله روش او باشد (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۰۳). در مقابل او نگرش دوم قرار دارد که مشاوره فلسفی را نیازمند روش می‌داند؛ چراکه فقدان روش، مشاوره فلسفی را دچار ابهام می‌کند (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۰۵). در واقع، هدف از روش، برنامه‌ریزی و حرکت کردن در مسیری خاص است (قائدی و پورآقا، ۱۴۰۰، ص ۱۴۵).

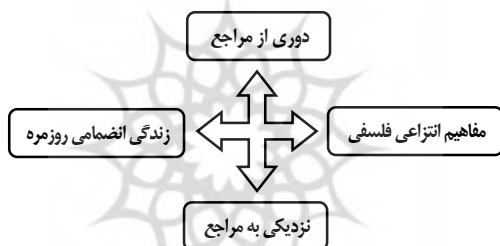
نگرش قائل به روش نیز، گاه شامل یک گروه است که روش‌های ترکیبی با روان‌شناسی دارد، و گاه گروه‌هایی هستند که روش‌های فلسفی دارند؛ مانند روش پنج‌مرحله‌ای لو مارینوف و روش شش‌مرحله‌ای پرینس باکر و روش چهارمرحله‌ای پیتر راب (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۸۵). در هر روشی، فنون و تکنیک‌هایی وجود دارد (قائدی و پورآقا، ۱۴۰۰، ص ۱۴۷)؛ مانند گفت‌وگوی سقراطی، صندلی داغ، پرسشگری، کتاب‌درمانی و...، که مشاور فلسفی را برای رسیدن به هدفش در هدایت مراجع یاری می‌رسانند.

۳-۲. چالش‌های کاربردی

در مقام عمل، ازجمله چالش‌های مبنایی مشاوره فلسفی، حفظ دو میانه توسط مشاور است. میانه اول، ایستادن در بین دو حد مفاهیم انتزاعی فلسفی و زندگی انضمامی و روزمره مراجع است تا به‌عنوان یک مبدل بتواند آن مفاهیم را به مراجع منتقل کند؛ به‌نحوی که قابل استفاده باشد. در این میان نباید شأن فلسفی خود را از دست بدهد و در عین حال باید از فلسفه صرف انتزاعی فاصله بگیرد تا بتواند خدمتی یاورانه به شخصی که مقابل او روی صندلی نشسته است، ارائه دهد (شکل شماره ۱).

میانه دوم، بین دو مرز دوری و نزدیکی به مراجع است؛ چه اینکه از سویی باید به مراجع و زندگی او نزدیک شود و با همدلی و همراهی، روایت و داستان زندگی او و جهان‌بینی‌اش را کشف کند، و از دیگر سو باید فاصله خود را با او حفظ کند تا بتواند او را به خودتشخیصی و خودمختاری سوق دهد و کمک کند تا او خودش، خود را تغییر دهد. پر واضح است که یافتن و ایستادن بر این میانه‌ها کار آسانی نیست (شکل شماره ۱).

(شکل ۱ / نمودار میانه)



چالش دوم، چالش غرض و هدف مشاوره فلسفی است. تأکید برخی از مشاوران بر افلاطون، مدل حقیقت برای او را که به‌ویژه کشف حقیقت است، برجسته می‌سازد و مشاور می‌کوشد تا حقیقت زندگی مراجع را برای او مشخص نماید و مانند لاهو او را از زندان و غارش خارج سازد. در تحقیقات روان‌درمانی مدرن نیز مانند فروید، تلاش در جهت کشف حقایقی در ناخودآگاه انسان بود (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۲۷)، اما نقدهای پست‌مدرنیستی به حقیقت (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۲۷) و همچنین نوپراگماتیست‌هایی مانند ریچارد رورتی، ایده کشف حقیقت را به چالش کشیدند (اصغری، ۱۳۸۹، ص ۱۰۰). در مشاوره هم برخی چون جیمز هنسن با الهام از رورتی معتقدند که ایده حقیقت را دست کم به لحاظ تجربی باید کنار گذاشت (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۴۲). گرچه غیاب حقیقت، خود، چالش‌های بزرگی در کشف حقیقت باورهای مراجع و راستی نظرات مشاور ایجاد خواهد کرد، اما هنسن تلاش می‌کند تا از نسبی‌انگاری صرف پست مدرن‌ها عبور کند و به نوپراگماتیسم برسد که از سودمندی باورها سخن می‌گوید و دغدغه کشف حقیقتی که معلوم نیست به‌دست می‌آید و منجر به دگماتیسم و حتی سرکوب مراجع هم خواهد شد را کنار بگذارد. از نگاه او، ایده نوپراگماتیستی در مشاوره، انعطاف‌پذیر و قابلیت تکامل دارد و لذا به این می‌انديشد که کدام باورها می‌تواند به بهبود مراجع کمک کند و نتایج مثبتی برای او به همراه داشته باشد (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۵۹)، و برای مراجع معنادار باشد

(هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۶۴). در همین راستا است که هنسن در مقابل مشاوره فلسفی معتقد است که مراجعان توجه و حوصله چندانی برای مسائل فکری پیچیده ندارند و صورت‌بندی‌های اندیشمندانه ربطی به کار مشاوره ندارد (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۷۳). برخلاف مدل ژرف‌اندیشی رن لهاو که یک پایان باز از مباحث را برای مراجع در نظر می‌گیرد. البته این نکته باید در نظر گرفته شود که هنسن در باب مشاوره سخن می‌گوید نه مشاوره فلسفی و در جایی نیز اشاره می‌کند که همان‌گونه که خودش به پرسش‌های فلسفی در مشاوره و روان‌درمانی پرداخته، فلسفه نیز وقتی در چارچوب درون‌ذهنی مواجهه‌یاری‌گرانه قرار داده شود، معنا و زندگی جدیدی می‌یابد (هنسن، ۱۴۰۰، ص ۱۷۵).

به فرض پذیرفتن ایده کاربردی و مفید بودن در غرض مشاوره، چالش دیگری فرا روی آن نیز مطرح شده است که آیا ایده‌های فلسفی که گاه گیج‌کننده و ترسناک و ناامیدکننده هستند، واقعاً می‌توانند مفید باشند؟ (کوهن و زینج، ۱۴۰۰، ص ۷۲). اما در مقابل آن می‌توان گفت که فلسفه غلط در زندگی و زندگی نیاندیشیده و نستجیده نیز مخاطرات و مشکلات کمتری نخواهد داشت؛ علاوه بر اینکه ضرورتاً هرکسی فلسفه‌ای برای زندگی دارد که درواقع، همان تفسیرش از زندگی است (مارینوف، ۱۳۹۹، ص ۱۴).

در کنار موارد قبلی، چالش‌های دیگری نیز مطرح شده‌اند که آیا مشاوره فلسفی یک شغل و حرفه است و اگر حرفه است آیا به صدور گواهینامه و پروانه نیاز دارد؟ (کوهن و زینج، ۱۴۰۰، ص ۳۰۴) که به نظر می‌رسد در عین نیاز به یک نظام‌نامه و گواهینامه، جهت جلوگیری از تنزل کیفی و سوءاستفاده، میزانی از آزادی عمل بنا به مختصات فلسفی این نوع مشاوره، برای مشاوره فلسفی لازم است. از دیگر چالش‌های مشاوره فلسفی، چیزی است که لهاو در طی یک سخنرانی از آن یاد می‌کند که چالش ناشناخته ماندن مشاوره فلسفی برای عامه مردم است، که علی‌رغم ضرورت آن برای زندگی، همچنان احساس نیاز اجتماعی در باب آن حساس نشده است (Fatić, 2014, p67).

۲-۲ مشاور

به دنبال تبیین رابطه مشاوره و واکاوی مفهوم سلامت فلسفی در مشاوره فلسفی و همچنین، رویکردها و روشی که مشاوران فلسفی برای ارائه و تأمین آن به کار می‌برند، نقش مشاور فلسفی نیز مشخص می‌شود؛ اگرچه کیستی مشاور فلسفی نیز محل توجه و پرسش قرار گرفته است؛ چه اینکه ماهیت دوگانه‌ای میان فیلسوف یا مشاور / روان‌شناس دارد؛ چراکه از یک‌سو، خدمات باورانه و کسب هنر مشاوره او را مشاور می‌کند و از سوی دیگر، اطلاعات و ایده‌ها و حقایق فلسفی برای ارائه، از او یک فیلسوف می‌سازد. البته، نکات پیش گفته در چستی مشاوره فلسفی در بعد ایجابی، ماهیت مشاور فلسفی را نیز مشخص می‌کند؛ چراکه درواقع، ماهیت مشاور فلسفی نیز یک ماهیت ترکیبی است که به هر دو بعد نیازمند است؛ هرچند که از آنجاکه نقش فلسفه در مشاوره فلسفی و زندگی مراجع پررنگ است، بعد فلسفی مشاور نیز پررنگ‌تر می‌شود. البته این نکته به این معنی نیست که بعد مشاوره، بی‌اهمیت است یا کسی با تخصص مشاوره و با کسب اطلاعات فلسفی، نمی‌تواند مشاور فلسفی شود. درواقع، با توجه به عناصری نظیر آموزش

و یادگیری در مشاوره فلسفی که به نحوی در عین برابری اولیه و احترام به مراجع به مثابه یک دیگری، نابرابری برای مشاور به عنوان یک متخصص ایجاد می‌کند و تصویر او به عنوان یک خبره فلسفی را برجسته می‌سازد (راب، ۱۳۹۸، ص ۱۴۹). اما این خبره فلسفی در مقام و جایگاه یک مشاور، باید هنر ترجمه و تبدیل ایده‌ها و اصول فلسفی را به زبان مشاوره داشته باشد و متناسب با فهم یک مراجع غیرمتخصص، بتواند به شکل مؤثر و مفید برای زندگی انضمامی ارائه کند؛ همچنین ویژگی‌های دیگری نظیر تعهد اخلاقی و بی‌طرفی او نسبت به شناخت و توصیه به مراجعانش نیز، حائز اهمیت بسیاری است و به تعبیر رولو می، به تعادل شخصی مشاور و خودشناسی او بازمی‌گردد (می، ۱۴۰۱، ص ۱۲۳)؛ چه اینکه چنان که پیشتر گذشت، اگر یک مفهوم کلیدی مهم در سلامت فلسفی، بازیابی تعادل در مراجع باشد، پیش از آن، مشاور، خود، باید تعادل داشته تا به مثابه مُعطی فاقد شیء نباشد. در واقع، او باید روش درمانش را در خود، داشته باشد و برای مدیریت تعصبات و سوگیری‌هایش، خود را کاویده و شناخته باشد (می، ۱۴۰۱، ص ۱۲۵). در مقابل این توصیه بی‌طرفی رولو می، برخی چون پیتز راب بر این باورند که بی‌طرفی، بی‌معناست و مشاور باید هدایتگر باشد تا بتواند به مراجع کمک کند (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۷۴). اما به نظر می‌رسد که این بی‌طرفی مورد نظر راب، در مقابل هدایتگری است و منافاتی با نکته بی‌طرفی به معنی عدم تعصب که رولو می در باب ویژگی‌های مشاور اشاره کرده، ندارد؛ لذا ویژگی هدایتگری مشاور فلسفی، البته به معنی تقویت خودراهبری مراجع، محفوظ است. این هدایتگری نیز، تنها معطوف به مشکلات گذشته و کنونی مراجع نیست، بلکه شامل زندگی آینده مراجع نیز می‌شود. زندگی آینده مراجع بدین معنی است که مراجع به حدی از توانایی برسد که نسبت به حل مشکلات بعدی احتمال نیز، امکان خودتشخیصی و خودراهبری داشته باشد (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۴۶).

همچنین، برخی از محدودیت‌های عملی کار مشاور سخن گفته‌اند که توجه به آنها برای مشاور، لازم است. این محدودیت‌ها شامل عدم صلاحیت و کمک برای مشکلات زیست‌شناسانه و درمان دارویی، عدم امکان کمک به مراجع درگیر هیجانات و بدون تفکر نقادانه است (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۷۵). اخلاق و منطق نیز، محدودکننده کار مشاور در کمک به مراجع است (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۷۸).

۲-۳. مراجع

توجه به مخاطب مشاوره فلسفی بحث مراجع را پررنگ می‌کند، که اولاً هم می‌تواند یک شخص ناراحت باشد که به خاطر مسئله یا معضلی دچار مشکل شده و یا فرایند سلامت سایکولوژیک را طی نموده، اما همچنان بخش‌هایی که خارج از عهده روان‌پزشک یا روان‌شناس است، او را آزار می‌دهد؛ همچنین یک شخص سالم نیز می‌تواند از مشاوره فلسفی بهره‌مند شود تا سلامت خود را تنظیم کرده و یا ارتقا دهد.

ثانیاً مراجع در مشاوره فلسفی به مثابه یک دیگری محترم است که به شیء‌واره تبدیل نمی‌شود و تلاش می‌شود تا دنیای او و خودش همان‌گونه که هست فهمیده و به خودش فهمانده شود، نه آنکه به مثابه یک بیگانه رنجور باشد

(هنسن، ۱۴۰۰، ص ۸۷)؛ لذا رابطه مشاور با آن یک رابطه «من - آنی» نیست، بلکه به تعبیر مارتین بوبر، یک رابطه «من - تویی» است (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۵۴).

و ثالثاً مراجع در مشاوره فلسفی، انسان به‌مثابه یک کل است، نه عقل یا هیجان یا جسم یا ذهن صرف که در مدرنیته از هم جدا شدند، بلکه کلی است که در وضعیت و زمینه‌های زندگی و پاسخ به متغیرات و ناشناخته‌های آن دیده می‌شود (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۶۱).

همچنین، خودآگاه کردن شخص به درونیات و جایگاهش در زندگی، مسئله بسیار مهمی در مشاوره فلسفی است. البته میزان توانایی و ظرفیت مخاطبان و مراجعان مشاوره فلسفی متفاوت است، که در میزان به عمق رفتن و ارائه ایده‌ها و مباحث فلسفی از سوی مشاور مراعات می‌شود. درواقع، در مشاوره فلسفی در ادامه همراهی با تیپولوژی مراجعین که یک تقسیم‌بندی عرضی در انسان‌هاست، به لحاظ طولی و مراتب فهم و رشد فلسفی نیز، مراجعان مورد توجه قرار می‌گیرند که تا چه سطح و عمقی بتوان این پیاده‌روی فکری را با آنها دنبال نمود.

و در عین حال به شخص مراجع کمک می‌شود تا صرفاً به دنبال شناخت ماهیت یا علت مشکل نپردازد، بلکه به‌نوعی توانایی خودتشخیصی برسد. این توانایی از دل مکالمه و به معنای «دیاکریسیس» به معنی بینش و درایت است (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۱۴۷).

توانایی خودتشخیصی منجر به خودمختاری مراجع می‌شود، و این خودمختاری بیش از آنکه به مفهوم کانتی باشد که شخص اعمالش را آگاهانه با قواعد عام اخلاقی مطابقت دهد، به مفهوم استوارت میلی است که شخص، خودش کنترل‌کننده اعمالش باشد، نه اینکه مانند روش‌های روان‌کاوی مثل هیپنوتیزم و... باشد (کوهن و زینچ، ۱۴۰۰، ص ۹۲). بدین شکل، مراجع بر اساس جهان‌بینی و نظام باور خودش می‌تواند به بهبودی و به‌باشی برسد، و احیاناً به فهم عمیق‌تری از مشکلات برسد؛ چنان‌که بتواند امکان پیش‌بینی در مشکلات احتمالی آینده را بیابد و توانایی خودراهدری داشته باشد (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۴۶). بدین‌سان از وضعیت اولیه یک دیگری برابر محترم، به پذیرنده از تجربه فلسفی و سپس به تعبیر راب در مرحله آخر که آن را فراروی از زندگی روزمره می‌نامد، به وضعیت برابر و هم‌تراز با مشاور بازگشته و نزدیک می‌شود (راب، ۱۳۹۸، ص ۲۳۶).

علاوه بر اختلاف طولی مراجعان، بنا به اینکه مخاطب یا مخاطبانی از چند نفر محدود یا تعداد بیشتری به شکل حضوری یا مجازی وجود داشته باشند، اشکال و انواع مختلف مشاوره فلسفی اعم از مشاوره فردی، گروه‌درمانی، کافه فلسفه و هم‌نشینی فلسفی آنلاین، شکل خواهد گرفت (لهاو، ۱۳۹۹ الف، ص ۳۶-۳۷).

نتیجه‌گیری

واکاوی مشاوره فلسفی با رویکرد معرفت درجه دوم و مفاهیم کلیدی آن پس از توصیف، تحلیل و تبیین، گویای آن است که مشاوره فلسفی به‌عنوان شاخه‌ای نوپدید، در امتداد فلسفه به‌مثابه هنر زیستن و درمان، ریشه در تاریخ کهن

فلسفه دارد، و در دوران معاصر نیز، در تقابل با پزشکی‌زدگی فرهنگ سلامت روان و ذیل فلسفه عمومی و جنبش کاریست فلسفی، خود را مطرح نموده و تا کنون چهار دوره را طی نموده و فعالیت‌های مختلفی از تشکیل انجمن‌ها و کنفرانس‌های بین‌المللی و تألیف کتب و خدمات یاورانه کلینیکی را ارائه نموده است؛ چه هستی آن نشان می‌دهد که مشاوره فلسفی، ماهیت ترکیبی فیلو - روانی دارد و به مثابه نوعی فلسفه گرم است که زندگی انسان در کف خیابان و بازگشت به آگورا و میدان‌های محل گفت‌وگو و تصمیم‌گیری در مرکز شهر یونان به مثابه نمادی از زندگی انضمامی را مد نظر دارد. بدین‌سان، خود را از فلسفه انتزاعی صرف دانشگاهی، متمایز می‌سازد. توجه به ایده‌های فلسفی و پژوهش فلسفی به مثابه پیاده‌روی فکری، آن را از مشاوره معنوی و مذهبی متمایز می‌کند. همچنین علی‌رغم استفاده از روش‌های روان‌شناختی و مشاوره در برخی از روان‌درمانی‌ها و تعامل و تبادل با آنها، فاصله خود را از آنها برای حفظ عدم تداخل یا جایگزینی نسبت به آنها محفوظ می‌دارد. شباهت‌های نسبی با روان‌درمانی‌های فلسفی نیز به دلیل عدم تعین در یک نظام فلسفی مشخص در مشاوره فلسفی، منجر به یکسان‌انگاری با آنها نمی‌شود و نهایتاً تلقی از مشاوره فلسفی به مثابه جنس، انواع متعدد آنها را پوشش می‌دهد. تمرکز بر جهان‌بینی و نظام و خوشه‌باوری انسان‌ها در مفاهیم عمیق زندگی و خروج از غار افلاطونی هر شخص، لایف کوچینگ و منتورینگ را نیز که بر موفقیت و کسب‌وکار و تنظیم امور زندگی درون غار تأکید دارند، متمایز می‌سازد.

مثلت مفاهیم کلیدی مشاوره فلسفی از حیث مشاوره بودن، شامل مشاور، مراجع و رابطه مشاوره می‌شود، اما ماده و محتوای مشاوره فلسفی بر مفهوم کلیدی سلامت فلسفی تأکید دارد، که خود شامل مؤلفه‌های بنیانی‌تری مانند تعادل و سازواری در نظام باور، تیم درون و ارتباط با دیگری می‌شود. از حیث فرم و صورت نیز، رویکردهای سه‌گانه حل مسئله، تفکر نقادانه و خودتغییری را با توجه به گرایش‌های تحلیلی و قاره‌ای و یا ارسطویی و افلاطونی می‌شود. این رویکردها، تنوع روشی از درمان منطق‌محور تا تجویز افلاطونی به‌جای پروزاک و تعیین گام‌های چندگانه و همچنین تکرر فنون را برای مشاوران فلسفی به دنبال دارد. چالش‌های مشاوره فلسفی مانند حفظ تعادل و نقطه میانه در مفاهیم انتزاعی و زندگی روزمره و دوری و نزدیکی به مراجع نیز، جنبه‌های عملی کار مشاوره را مد نظر دارد. مشاور فلسفی نیز ماهیتی دوگانه و ترکیبی به مثابه فیلسوف مشاور دارد که باید تعادل درونی و هدایتگری با مدیریت تعصبات و سوگیری‌هایش داشته باشد. مراجع در مشاوره فلسفی نیز، که اعم از ناراحت و سالم است، به مثابه یک کل و دیگری قابل احترام است که تلاش می‌شود تا به خودتشخیصی و خودمختاری برسد.

منابع

- اتکینسون، ریتا. ال و دیگران (۱۳۹۱). *زمینه روان‌شناسی هیلگارد*. ترجمه محمدنقی براهنی و دیگران. تهران: رشد.
- احمدی فراز، مهدی و دیگران (۱۳۹۶). *درآمدی بر مراقبت معنوی (مبانی و شیوه ارائه)*. اصفهان: دانشگاه علوم پزشکی.
- اصغری، محمد (۱۳۸۹). *نگاهی به فلسفه ریچارد رورتی*. تهران: علم.
- اورگارد، سورن، گیلبرت، پل و بروود، استیون (۱۳۹۸). *درآمدی بر متافلسفه*. ترجمه مهدی رعنائی. تهران: ترجمان علوم انسانی.
- اورلیوس، مارکوس (۱۴۰۰). *تأملات*. ترجمه عرفان ثابتی. تهران: ققنوس.
- باقری، خسرو (۱۴۰۱). *فلسفه علم روان‌شناسی*. تهران: سمت.
- جباری، اکبر (۱۳۹۳). *دازاین‌کاوی یا تحلیل دازاین (درآمدی بر روان‌درمانی وجودی هیدگر)*. آبادان: پرسش.
- دویلرز، لورنس (۱۴۰۰). *درمانگاه فلسفه*. ترجمه سامان شهرکی. تهران: خزه.
- راب، پیتر بی (۱۳۹۸). *مشاوره فلسفی (نظر و عمل)*. ترجمه علی علوی نیا. تهران: فراروان.
- سهرابی‌فر، وحید و دیگران (۱۴۰۲). *درآمدی بر مطالعات معنویت در علوم انسانی*. تهران: پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی.
- شولتز فن تون، فریدمن (۱۴۰۰). *تیم درونی و مفاهیم متناسب با موقعیت*. ترجمه ویدا محمدی. تهران: ارجمند.
- فرانکل، ویکتور (۱۴۰۰). *روان‌درمانی و اگزستانسیالیسم*. ترجمه نورالدین رحمانیان. تهران: آشیان.
- فروم، اریک (۱۳۹۹). *بحران روان‌کاوی*. ترجمه اکبر تبریزی. تهران: فیروزه.
- قائدی، یحیی و پورآقا، مریم (۱۴۰۰). *بنیادهای مشاوره فلسفی*. تهران: فراروان.
- کاپلستون، فردریک چارلز (۱۳۹۵). *تاریخ فلسفه*. ترجمه جلال‌الدین علم. تهران: علمی فرهنگی و سروش.
- کی، آتونی (۱۴۰۱). *تاریخ فلسفه غرب*. ترجمه رضا یعقوبی. تهران: پارسه.
- کوهن، الیوت و زینچ، سمیوئل (۱۴۰۰). *مشاوره فلسفی*. ترجمه مهدی فرجی پاک و فرزانه فخرائی. تهران: ارجمند.
- له‌او، رن (۱۳۹۹ الف). *به درآمن از غار افلاطون*. ترجمه علی علوی‌نیا. تهران: فراروان.
- له‌او، رن (۱۳۹۹ ب). *ثرف‌اندیشی فلسفی*. ترجمه علی علوی‌نیا. تهران: فراروان.
- مارینوف، لو (۱۳۹۹). *پرسش‌های بزرگ (درمانی برای خردمندان)*. ترجمه ایمان همتی و سیده معصومه همتی. تهران: شب خیز.
- مارینوف، لو (۱۴۰۱). *افلاطون آری پروزاک نه*. ترجمه علی علوی‌نیا. تهران: فراروان.
- متحدین، یاسر و جهانگیر، مصطفی (۱۴۰۲). *کوچینگ چیست*. تهران: نگاه نوین.
- می، رولو (۱۴۰۱). *هنر مشاوره*. ترجمه مهشید یاسایی. تهران: دانژه.
- وایسکاف، دانیل و آدامز، فرد (۱۴۰۰). *مقدمه‌ای بر فلسفه روان‌شناسی*. ترجمه ابوتراب یغمائی. تهران: مؤسسه پژوهشی حکمت و فلسفه ایران.
- هنسن، جیمز (۱۴۰۰). *مسائل فلسفی در مشاوره و روان‌درمانی*. ترجمه سیده معصومه موسوی و ایمان همتی. تهران: شب خیز.
- بالوم، اروین (۱۴۰۰). *روان‌درمانی اگزستانسیال*. ترجمه سیده حبیب. تهران: نشر نی.
- Achenbach, Gerd B. (1997). *On Wisdom in Philosophical Practice. Lecture for the Third International Conference on Philosophical Practice*. New York: Translated by Patrick Neubauer.
- Cohen, Elliot (1995). *Philosophical Counseling: A Computer-Assisted, Logic-Based Approach*. Inquiry: Critical Thinking Across the Disciplines. Winter, 15, 2, 83-90.
- Costello, J, Stephen (2017). *The philosophy Clinic: Practical Wisdom at work*. Cambridge Scholars publishing.
- Fatić, Aleksandar (2014). *Book of Abstracts 13th International Conference on Philosophical Practice: Philosophical Practice as a Profession and a New Paradigm in Philosophy* 15-18

- August, Belgrade, Philosophical practice-Quo Vadis? Belgrad . Instute for Philosophy and Social Theory University of Belgrade (http://the Philo-practice Agora).
- Hadot, Pierre (1995). *Philosophy as a way of life*. BlackWell: Oxford UK& Cambridge USA.
- Lam, Larry (2019). *Pubic Philosophy, International Encyclopedia of Ethics*. John Wiley & Sons Ltd.
- Nagaraj and Ramakrishnan, Nithesh and M. (2022). Philosophical counselling: Foundations and Functions. *Journal of Research in Humanities and Social Science*, 10 (11), 368-372.
- Shukla, Abhishek (2020). *Indian Philos0phical Practitioners Association*. (the Philo-practice Agora).
- Xiaojun Ding, Caifeng Xie & Feng Yu (2024). Philosophical practice and its development in China: opportunities and challenges. *Humanities and social sciences communications*. Springer nature...p1-8.

