

روان‌درمانی کرامت‌محور

مؤلفان

دکتر تقی پورابراهیم

استادیار دانشگاه شهید بهشتی

دکتر رویا رسولی

استادیار دانشگاه الزهرا



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۷

شایک	:	۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۳۹۸-۰
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۲۴۸۲۸۶
عنوان و نام پدیدآور	:	روان‌درمانی کرامت‌محور/ مولفان تقی پورابراهیم، رویا رسولی.
مشخصات نشر	:	تهران : آوای نور، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	:	۱۳۲ص.
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	بهداشت روانی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	:	Mental health -- Religious aspects -- Islam
موضوع	:	روان‌شناسی اسلامی Islam -- Psychology
موضوع	:	کرامت انسانی -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع	:	Dignity -- Religious aspects -- Islam
موضوع	:	روان‌درمانی Psychotherapy
رده بندی دیویی	:	۴۸۵/۲۹۷
رده بندی کنگره	:	BP/۲۳۲۲/۱۳۹۷۶۵/۹ر۸۵پ/
سرشناسه	:	پورابراهیم، تقی، ۱۳۴۹ -/ رسولی، رویا، ۱۳۴۷
وضعیت فهرست نویسی	:	فیبپا

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،
پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

روان‌درمانی کرامت‌محور

مؤلفان: دکتر تقی پورابراهیم - دکتر رویا رسولی

ناشر: انتشارات آوای نور

چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۳۹۸-۰

قیمت ۱۸۰۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

فهرست مطالب

پیشگفتار ۹

فصل اول: کلیات Error! Bookmark not defined.

کلیات **Error! Bookmark not defined.**

فصل دوم: ماهیت انسان Error! Bookmark not defined.

ماهیت انسان **Error! Bookmark not defined.**

فطرت **Error! Bookmark not defined.**

کرامت **Error! Bookmark not defined.**

شرم **Error! Bookmark not defined.**

گرایش‌های انسان **Error! Bookmark not defined.**

حقیقت‌جویی **Error! Bookmark not defined.**

فضیلت‌دوستی **Error! Bookmark not defined.**

زیبایی‌دوستی **Error! Bookmark not defined.**

عشق و پرستش **Error! Bookmark not defined.**

رفع تنش یا کمال‌جویی؟ **Error! Bookmark not defined.**

فصل سوم: آسیب روانی Error! Bookmark not defined.

آسیب روانی **Error! Bookmark not defined.**

سبب‌شناسی **Error! Bookmark not defined.**

گناه و بداخلاقی، مشکلات روان‌شناختی و بیماری **Error! Bookmark not defined.**

گناه و بداخلاقی، علت یا معلول آسیب روانی؟ **Error! Bookmark not defined.**

هم‌کنشی علت و معلول در آسیب روانی **Error! Bookmark not defined.**

۱. اخلاقی که برای زندگی است (ارزش‌های خادم) **Error! Bookmark not defined.**

۲. اخلاقی که زندگی برای آن است (ارزش‌های مخدوم) **Error! Bookmark not defined.**

الف) نبود بیماری.....**Error! Bookmark not defined.**
تأمین بهداشت روانی در روان‌شناسی (سطح اول) **Error! Bookmark not defined.**

ب) سلامتی (رشدیافتگی).....**Error! Bookmark not defined.**
تأمین بهداشت روانی در روان‌شناسی (سطح دوم) **Error! Bookmark not defined.**

خیانت در زندگی زناشویی (نمونه‌ای از هم‌کنشی علت و معلول) **Error!**
Bookmark not defined.

فصل چهارم: پیشگیری و رشد **Error! Bookmark not defined.**

پیشگیری و رشد **Error! Bookmark not defined.**

پیشگیری.....**Error! Bookmark not defined.**

رشد اخلاقی.....**Error! Bookmark not defined.**

رشد ایمان به‌مثابه پیشگیری.....**Error! Bookmark not defined.**

مراحل رشد ایمانی فاولر.....**Error! Bookmark not defined.**

- پیش‌مرحله: ایمان نامتمایز (نامشخص، ابتدایی) - طفولیت **Error! Bookmark not defined.**

- مرحله نخست: ایمان شهودی - تصویری: اوایل کودکی (سه تا هفت سالگی) **Error!**
Bookmark not defined.

- مرحله دوم: ایمان اسطوره‌ای - واقعی (کودکی و پس از آن) **Error! Bookmark not defined.**

- مرحله سوم: ایمان ترکیبی - عرفی (نوجوانی و پس از آن) **Error! Bookmark not defined.**

- مرحله چهارم: ایمان انفرادی - تأملی (بزرگسالی و پس از آن) **Error! Bookmark not defined.**

- مرحله پنجم: ایمان پیوندی یا ربط‌دهنده (اواسط دهه سوم زندگی و پس از آن) **Error! Bookmark not defined.**

- مرحله ششم: ایمان جهانی (میان‌سالی و پس از آن) **Error! Bookmark not defined.**

مشورتگری دینی، اقدامی پیشگیرانه.....**Error! Bookmark not defined.**

رشد و خودشکوفایی.....**Error! Bookmark not defined.**

Error! Bookmark not defined. **فصل پنجم: اصول کرامت محور**

Error! Bookmark not defined. اصول کرامت محور

Error! Bookmark not defined. اصول کرامت محور

Error! Bookmark not defined. ۱. فناعت ورزی

Error! Bookmark not defined. ۲. مرگاندیشی

Error! Bookmark not defined. ۳. معنایابی و دلیل جویی

Error! Bookmark not defined. ۴. خویشتن داری (تقوا و پرهیزکاری)

Error! Bookmark not defined. ۵. کنترل زبان

Error! Bookmark not defined. ۶. مسئولیت پذیری

Error! Bookmark not defined. ۷. عشق

Error! Bookmark not defined. ۸. نیایش (ابراز بندگی)

Error! Bookmark not defined. ۹. انگیزش روانی

Error! Bookmark not defined. ۱۰. تشریفات و مناسک دینی یا مکان مقدس و پناهگاه امن

not defined.

Error! Bookmark not defined. ۱۱. خواندن متون دینی و اخلاقی

Error! Bookmark not defined. ۱۲. اسوه برای یادگیری رفتار

Error! Bookmark not defined. ۱۳. بخشش

Error! Bookmark not defined. ۱۴. تغذیه طیب

Error! Bookmark not defined. ۱۵. صله رحم

Error! Bookmark not defined. ۱۶. صبر

Error! Bookmark not defined. ۱۷. توبه

Error! Bookmark not defined. **فصل ششم: روش کرامت محور**

Error! Bookmark not defined. روش درمان کرامت محور

Error! Bookmark not defined. اصول درمان

Error! Bookmark not defined. ۱. خلوص و اصالت درمانگر

Error! Bookmark not defined. ۲. اصل انتقال

Error! Bookmark not defined. ۳. اصل مسئولیت

Error! Bookmark not defined. «تجربه هیجانی متفاوت» و «رفتار جدید»

Error! Bookmark not defined.	الف) تجربه هیجانی متفاوت.
Error! Bookmark not defined.	رفتار جدید.
Error! Bookmark not defined.	فرایند درمان.
Error! Bookmark not defined.	مرحله اول: ایجاد رابطه کمکی و اصیل.
Error! Bookmark not defined.	گام اول: ایجاد رابطه کمکی.
Error! Bookmark not defined.	گام دوم: ایجاد رابطه اصیل.
Error! Bookmark not defined.	مرحله دوم: بازیابی فطرت و کرامت.
Error! Bookmark not defined.	مرحله سوم: خلق معنای جدید (عشق).
Error! Bookmark not defined.	فنون درمانی.
Error! Bookmark not defined.	۱. گوش دادن.
Error! Bookmark not defined.	۲. انعکاس.
Error! Bookmark not defined.	۳. همدلی.
Error! Bookmark not defined.	۴. تصدیق.
Error! Bookmark not defined.	۵. معنایابی و دلیل جویی.
Error! Bookmark not defined.	۶. تمرکز بر احساس کرامت و شرم.
Error! Bookmark not defined.	۷. رفتار مسئولانه.
Error! Bookmark not defined.	۸. طرح ریزی برای رفتار.
Error! Bookmark not defined.	۹. قصه گویی.
Error! Bookmark not defined.	۱۰. تکالیف عملی.

Error! Bookmark not defined. **فصل هفتم: مورد پژوهی**

Error! Bookmark not defined.	مورد پژوهی
Error! Bookmark not defined.	خانم «ف»
Error! Bookmark not defined.	آقای «س»
Error! Bookmark not defined.	خانم «خ»

Error! Bookmark not defined. **منابع**

Error! Bookmark not defined. **واژه نامه**

پیشگفتار

در چند دهه اخیر، داعیه اسلامی کردن دانش‌ها، به‌خصوص علوم انسانی از سوی متفکران اسلامی مطرح شده است. در ایران نیز پس از انقلاب اسلامی در شورای عالی انقلاب فرهنگی این مسئله به قوت مطرح شد و هم‌اکنون نیز شدت دارد؛ شاهد آن سمینارها و مجامع مختلفی است که در کشور برگزار می‌شود. یکی از این دانش‌های علوم انسانی، روان‌شناسی است.

روان‌شناسی اسلامی یعنی فهم روان‌شناسی براساس اسلام یا به‌عبارت دیگر نظریه‌پردازی در روان‌شناسی به‌طوری که برگرفته از متون دینی-اسلامی باشد. آیا روان‌شناسی اسلامی امکان دارد؟ ما باید چه موضعی در برابر روان‌شناسی غربی اتخاذ کنیم تا هم از دستاوردهای دانش نوین روان‌شناسی برخوردار شویم و هم از دیدگاه دینی خود فاصله نگیریم؟

هر دانشی که به‌نوعی با انسان مرتبط است، بدون داشتن و ارائه درکی از ماهیت انسان نقص خواهد داشت. در راهنمایی و مشاوره، روان‌درمانی و تعلیم و تربیت چون تغییر و دستکاری یک پدیده، یعنی انسان مطرح است، ابتدا باید برای ساختمان روانی این انسان نظریه داشته باشیم و نظریه‌ها نیز از درک نظریه‌پرداز درباره ماهیت انسان سرچشمه می‌گیرد.

یکی از مهم‌ترین، بزرگ‌ترین و حیاتی‌ترین سؤال‌هایی که برای انسان مطرح شده است، سؤال از وجود خویشتن است. انسان در طول تاریخ، پیوسته در پی کشف خویش بوده و در این راه گاه به راه صواب و گاه به راه ضلال رفته است. او هنگامی که خویشتن را در خویش جست‌وجو کرده و دست در دست انبیای الهی و با نور خدایی به کاوش پرداخته، به حقیقت خود نزدیک‌تر شده است. پیامبر اکرم (ص) می‌فرماید: «من عرف نفسه، فقد عرف ربه» (بحارالانوار، ج ۲، ص ۳۲) و در کلام گهربار حضرت علی (ع) آمده است: «معرفة الناس انفع المعارف» (شرح غررالحکم و دررالحکم خوانساری، ج ۶، ص ۱۴۸)؛ این سخنان به اهمیت این موضوع به‌طور کلی و در دانش روان‌شناسی به‌طور خاص اشاره دارد.

ما پرورده فرهنگ مشرق‌زمین و فرهنگ اسلامی هستیم از این‌رو در علوم انسانی به‌طور کل و در روان‌شناسی به‌طور خاص، این سؤال برایمان مطرح است که در علوم انسانی و در روان‌شناسی چگونه به انسان و ماهیت انسان نگریسته می‌شود؟ آیا انسانی که عرفان یا دین معرفی می‌کند متفاوت با انسانی است که روان‌شناسی درباره آن سخن می‌گوید؟ یک منبع انسانی (روان‌شناسی) بهتر می‌تواند ماهیت انسان را تبیین کند یا یک منبع فرآنسانی (هرچند منبع فرآنسانی نیز با تفسیر بشری به منبع انسانی تقلیل می‌یابد، با علم^۱ که تفسیر طبیعت است فاصله دارد)؟ تا ربع آخر قرن نوزدهم، فلاسفه می‌کوشیدند ماهیت انسان را از طریق حدس

و گمان، شهود و تعمیم مبتنی بر تجارب محدود خود مطالعه کنند. دگرگونی مهم زمانی رخ داد که آنان کاربرد ابزارها و روش‌های علمی را برای پاسخگویی به پرسش‌های مطرح‌شده در مورد ماهیت انسان آغاز کردند و این متأثر بود از شکل جدید و قابل تشخیصی که علم از قرن هفدهم به خود گرفته بود. تفاوت بین روان‌شناسی مبتنی بر فلسفه و روان‌شناسی جدید، کمتر به تفاوت بین پرسش‌ها دربارهٔ طبیعت انسان مربوط بود و بیشتر به اختلاف بین روش‌ها برای یافتن پاسخ به این پرسش‌ها ارتباط داشت (کریستنسن، هیو و سباستین^۲، ۱۳۹۵).

در هر حال سؤال در مورد ماهیت انسان همچنان به قوت خود باقی است و هر توصیف، تبیین و توضیحی در بهداشت روانی، در پاسخ به این پرسش ریشه دارد. امروزه در فلسفه علم، سؤال از ماهیت و چیستی با چالش‌های جدی همراه است، اما روان‌شناسی، بهداشت روان، آسیب‌شناسی و درمان روان‌شناختی به تصویری از ماهیت انسان نیاز دارد.

"در قرن بیستم اختلاف سلیقهٔ زیادی میان متخصصان امور روانی از یک سو و مقامات مذهبی از سوی دیگر وجود داشته است. روان‌شناسان و روان‌پزشکان مقامات مذهبی را به بی‌توجهی به علم متهم می‌کنند و مقامات مذهبی هم معتقدند تعالیم روان‌شناسی به جنبه‌های معنوی بی‌توجه است. این تنش میان روان‌شناسی (روان‌درمانی) و دین بی‌مورد است"^۳ (برنز، ۲۰۰۲).

آثار معدودی سعی کرده‌اند مفاهیم روان‌شناختی براساس آموزه‌های دینی را تئوریزه و مفهوم‌سازی کنند. هر تلاشی در این زمینه در نهایت سبب شده که در مورد یکی از مباحث آکادمیک به آیاتی از قرآن یا احادیث اشاره شود، با این هدف که در متون دینی هم به این موضوعات اشاره شده است و در حوزهٔ اسلام هم این بحث وجود دارد. به عبارت دیگر کمتر غذای اصلی (مفهوم‌سازی و نظریه‌پردازی) با مواد بومی و دینی تهیه شده است، بلکه بیش از آنکه نظریه‌پردازی شود، از آیات و روایات به‌عنوان چاشنی مدعا استفاده شده است. کوشش بر این است که با این تألیف، مقداری از خلأ ذکرشده کاهش یابد و گامی کوچک به جلو برداشته شود.

مفهوم‌سازی^۳ آموزه‌های دینی در ارتباط با مباحث بهداشت روان و آسیب‌شناسی روانی به‌نحوی که بتوان براساس این مفاهیم نظریه‌ای در حوزهٔ تبیین آسیب روانی و نیز پیشگیری و درمان ارائه داد (نظریه‌پردازی خرد)، هدف این تألیف است.

۲. Christensen, hugh & Sebastian

۳. Conceptualization