



Vol. 15/ Issue: 34/ Spring 2021

Explaining the Necessity of Philosophical Counseling in Logotherapy



Roham Sharaf

Assistant Professor of philosophy, University of Zanjan, Zanjan. Iran.

E-mail: rahams Sharaf@yahoo.com

Abstract

Philosophical counseling is a type counseling which has become popular in recent thirty years in developed countries. It is not only utilized to answer philosophical questions of the clients but to treat psychological disorders as well as individual and social problems. In fact, this type of counseling is an important manifestation of practical philosophy in the contemporary world and reflects the important position of philosophy in individual and social life. On the other hand, logotherapy is one of the important theories in the field of psychiatry which has attracted the attention of many psychiatrists and tries to look at the analysis and treatment of spiritual and psychological problems from a different perspective. Based on this theory, the main root of human's psychological problems is his/her failure to find a meaning in life which leads to nihilism. Although this type of treatment has been formulated based on the thoughts of such philosophers as Max Scheler, Nietzsche, Heidegger and Jaspers as Viktor Frankl, the founder of this theory, confirms this fact, the hypothesis of this article is that logotherapists also need philosophical counseling in the process of treating their clients because there are cases where the logotherapist is unable to apply principles of logotherapy and its techniques and therefore the issue of the interaction between philosophical counselor and logotherapist is raised in the process of treatment. This article is aimed at explaining the role of philosophical counseling both in clarifying the foundations of logotherapy and implementation of its techniques and demonstrate the fundamental importance of philosophical counseling from this perspective. We hope to see growing application of this type of counseling in Iran in near future.

Keywords: philosophical counseling, worldview, logic-based therapy, logotherapy, paradoxical intention, dereflection.

Received date: 2020.11.17

Accepted date: 2021.1.6

DOI: [10.22034/jpiut.2021.42892.2714](https://doi.org/10.22034/jpiut.2021.42892.2714)

Journal ISSN (print): 2251-7960 ISSN (online): 2423-4419

Journal Homepage: www.philosophy.tabrizu.ac.ir

Philosophical Counseling is a new type of counseling which has attracted the attention in developed countries in recent decades. On the other hand, meaning therapy is an important and interesting method in contemporary psychotherapy whose foundations have been formed under heavy influence of philosophical views. This article explores the role and application of philosophical counseling in meaning therapy. On this basis, the current research has been divided into three main sections each having its own subsections. Due to the novelty of philosophical counseling and the complexity of delineating the boundaries of this type of counseling with some theories of psychotherapy, the first section of the article introduces and clarifies this type of counseling and its inherent difference with other types. The first section is comprised of three parts, the first part being a brief background of philosophical counseling and its origins then its nature. More than anything, philosophical counseling addresses fundamental beliefs and general worldview of the client therefore it tries to help the client in his life by altering unjustified beliefs. An important element in this type of counseling is to enhance the client's critical thinking about the issues in life to enable the client to cope with problems more intelligently and more properly and finally discover new solutions. With this approach, philosophical counseling is applied in various areas including problems in career, family, identity crisis and meaning vacuum. To demarcate the borders of philosophical counseling and psychotherapy, it was stated earlier that the main distinction is that the former concentrates on the client's worldview and general attitude toward life and therefore is deeply concerned with philosophical questions and challenges. The third part of the first section explains two different approaches to philosophical counseling. Based on the first approach, philosophical counseling should not interfere in treating an individual's psychological and mental problems and be applied merely as a counseling in philosophical problems. The second approach, however, highlights the role of philosophical counseling in solving problems in client's life and psychological disorders.

Second section of the article tries to briefly introduce meaning therapy and its most important techniques. This section is comprised of two parts. First part addresses important premises of meaning therapy i.e. human's free will and responsibility, human's spiritual aspect and meaning in life. According to meaning therapy, human is a creature with free will and is responsible in his living and destiny. On the other hand, based on this type of therapy humans have a spiritual aspect in addition to their physical and mental aspects which paves the ground to propose meaning therapy. A good number of psychological and mental problems are rooted in the void which has been formed in the spiritual aspect leading to the loss of meaning in human's life. Therefore, meaning therapy helps the clients solve many of their problems by retrieving the meaning in their lives. Second part of this section, introduces primary techniques in meaning therapy which are paradoxical intention and Socratic dialogue. There are other methods as well but this article covers two important ones. In paradoxical intention method, the client is asked to face the undesired disturbing and anxiety creating situations instead of avoiding them. In some cases, the client receives some advices with religious tone. For instance, a person who is extremely worried about a robbery taking place in his house is asked to think that his properties are nothing compared to the entire universe and that finally he will lose them upon death. In paradoxical intention, the client is asked to stop radical concentration on himself and his needs and concerns and pay more attention to the world and other humans.

The third section of the article explains and analyzes the role of philosophical counseling in meaning therapy. This section is composed of two primary parts. The first part addresses the application of philosophical counseling to explain the premises of meaning therapy. In other words, if the client has questions about these premises i.e. human's free will, existence of God, the purpose in life and spiritual aspect of humans, an expert of philosophy is required to provide an answer to these inquiries since they have been accepted as premises in meaning therapy but their rational explanation and reasoning is the responsibility of a philosopher. In second part, the application and role of philosophical counseling in meaning therapy techniques have been covered. For example, in paradoxical intent the client is urged to pay more attention to others which results in the fundamental issue of conflict of one's interests with other people which is deeply discussed in moral philosophy. Under circumstances where the client is looking for serious reasons to avoid self-centeredness, a professional philosophical counselor is needed to assist meaning therapist in counseling.

The most important findings of this article are as follows: the first finding is that since there are philosophically challenging discussions or premises in meaning therapy, an expert in philosophy is required to help the meaning therapist if the client is engaged in those challenges. Another finding is that expectations from philosophical counseling can be put forth in two levels. At first level, philosophical counseling can be regarded as an independent counseling whose purpose is not to solve problems in life or personality disorders of the clients but to enrich their lives by addressing their philosophical questions. The second level is where the philosophical counselor has come to help the meaning therapist in personality problems therefore, from this point of view, philosophical counseling is considered an interactive counseling.

References

- Arrington, R. and Glock, H. (1991) *Wittgenstein's Philosophical Investigations: Text and Context*, London, Routledge.
- Fichte Johann Gottlieb (2000) *Foundations of Natural Right*, ed. Frederick Neuhouser, Cambridge: Cambridge University Press.
- Fichte, Johann Gottlieb (1971) "Grundlage des Naturrechts nach Principien der Wissenschaftslehre 1796", in *Fichtes Werke*, Band III, Berlin: de Gruyter.
- Kant, Immanuel (1974) *Kritik der reinen Vernunft*, Frankfurt am Main: Suhrkamp.



مجله علمی پژوهش‌های فلسفی دانشگاه تبریز

سال ۱۵ / شماره ۳۴ / بهار ۱۴۰۰

تبیین ضرورت بکارگیری مشاوره فلسفی در معنادرمانی

رهام شرف

استادیار گروه فلسفه، دانشگاه زنجان، زنجان، ایران.

rahamsharaf@yahoo.com

چکیده

مشاوره فلسفی یکی از اقسام مشاوره است که در سی سال اخیر به شدت مورد توجه کشورهای توسعه یافته قرار گرفته و نه تنها در پاسخگویی به پرسش‌های فلسفی مراجعان بلکه در درمان اختلالات روانشناختی و معضلات فردی و اجتماعی نیز بکار گرفته می‌شود. در حقیقت این نوع مشاوره یکی از تجلیات مهم فلسفه عملی در جهان معاصر بوده و جایگاه مهم فلسفه را در زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها آشکار می‌سازد. از سوی دیگر معنادرمانی نیز یکی از نظریات مهم در حوزه روان‌درمانی است که در دهه‌های اخیر مرکز مورد توجه بسیاری از روان‌درمانگران بوده و تلاش می‌کند از منظری متفاوت به تحلیل و درمان مشکلات روحی و روانشناختی انسان‌ها بپردازد. بر مبنای این نظریه، ریشه اصلی مشکلات روانشناختی آدمی به ناتوانی او در یافتن معنایی برای زندگی و در نتیجه تجربه احساس پوچی ناشی از آن باز می‌گردد. گرچه این نوع درمان بر اساس مبانی فکری فیلسوفانی چون ماکس شلر، نیچه، هایدگر و یاسپرس صورت‌بندی شده و ویکتور فرانکل به عنوان بنیان‌گذار این نظریه بر این مساله صحه می‌گذارد، اما فرضیه مقاله پیش رو این است که معنادرمانگران در فرآیند درمان مراجعان خود نیز به مشاوران فلسفی نیازمند هستند، چراکه در موارد معنادرمانگر صرف‌فقط قادر به تبیین مبانی معنادرمانی و بکارگیری تکنیک‌های آن نبوده و بر همین اساس مساله تعامل مشاور فلسفی و معنادرمانگر در فرآیند درمان مطرح می‌شود. هدف ما در این نوشتار این است که نقش مشاوره فلسفی را هم در تبیین مبانی معنادرمانی و هم در عملیاتی شدن تکنیک‌های آن تشریح کنیم و از این منظر اهمیت بنیادین مشاوره فلسفی را نمایان سازیم، به این امید که در آینده نه چندان دور شاهد بکارگیری روزافزون این نوع مشاوره در کشورمان باشیم.

کلیدواژه‌ها: مشاوره فلسفی، جهان‌بینی، درمان منطق‌محور، معنادرمانی، قصد تناقضی، اندیشه‌زدایی.

مقدمه

با وجود عمق و اهمیت بالای فلسفه و نقش بنیادین آن در پی‌ریزی مبانی سایر علوم انسانی، این علم در قرون اخیر بیشتر به منزله علمی انتزاعی که تاثیر چندانی در تحولات فردی و اجتماعی ندارد مطرح شده است. در بسیاری از موارد وقتی مردم در مورد فلسفه سخن می‌گویند از آن با عنوان علمی یاد می‌کنند که صرفاً در مورد مسایل کلی بحث می‌کند که نه تنها گفتگوی فلسفی در باب این امور به نتیجه مشخصی نمی‌رسد، بلکه نقش خاصی در زندگی انسان‌ها نیز بازی نمی‌کند. متأسفانه این نوع نگرش در میان بسیاری از اساتید و افراد تحصیلکرده نیز وجود دارد. در حقیقت فرض عام بر این است که پس از صورت‌بندی مبانی علمی چون روانشناسی و جامعه‌شناسی توسط فلسفه، این علوم در حل مشکلات روانشناختی انسان‌ها و معضلات اجتماعی به فلسفه و فیلسوف نیازی ندارند.

اما متخصصان فلسفه در دهه‌های اخیر کاربرد فلسفه در زندگی فردی و اجتماعی آدمی را مورد توجه قرار داده و از این منظر حوزه‌های جدیدی از فعالیت را برای فیلسوفان تعریف کرده‌اند. مشاوره فلسفی (Philosophical counseling) یکی از مهمترین حوزه‌های فعالیت عملی فیلسوفان است که در دهه‌های اخیر مورد توجه فیلسوفان و روان‌شناسان در کشورهای توسعه یافته قرار گرفته است. در این نوع مشاوره نه تنها دغدغه‌ها و پرسش‌ها فلسفی صرف مراجعان مورد بررسی قرار می‌گیرد، بلکه تلاش می‌شود بسیاری از معضلات روانشناختی و اجتماعی آن‌ها از منظری فلسفی مورد کند و کاو قرار گیرد. از آنجا که در مشاوره فلسفی از ابزارهای فلسفی برای بررسی مشکلات مراجع استفاده می‌شود، لازم است فیلسوف یا درمانگری که تخصص بالایی در حوزه فلسفه دارد این مهم را به عهده بگیرد.^۱ بنابراین در این حوزه فعالیت جدید فلسفی، نظر با عمل پیوند خورده و فلسفه می‌تواند نقشی بنیادی در زندگی فردی و اجتماعی انسان‌ها ایفا کند. از این رو پرداختن به آن از اهمیت بالایی برخوردار است.

از طرف دیگر معنادرمانی (Logotherapy) نیز یکی از نظریات مهم و نوظهور در حوزه روان‌درمانی (Psychotherapy) بوده که از منظری متفاوت مشکلات روانشناختی انسان‌ها را مورد توجه قرار داده و بر اهمیت وجه متعالی و روحانی انسان در درمان اختلالات روانشناختی و معضلات اجتماعی تاکید می‌کند. ویکتور فرانکل در پی‌ریزی مبانی معنادرمانی و همچنین تکنیک‌های آن به شدت متأثر از فلسفه اگزیستانسیالیسم (Existentialism) است، اما مساله ما در این نوشتار این است که نیاز معنادرمانی به فلسفه نیازی مستمر بوده و در فرآیند درمان مراجع لازم است حداقل در برخی موارد مشاور فلسفی با معنادرمانگر تعامل داشته باشد. تبیین نقش مشاور فلسفی در فرآیند درمان توسط معنادرمانگر، نه تنها اهمیت و ضرورت عملی فلسفه را نمایان می‌سازد، بلکه شرایط تحقق اثربخشی حداکثری معنادرمانی به عنوان یکی از مهمترین دیدگاه‌های روان‌درمانی معاصر را تشریح می‌کند. با توجه به این ضرورت، هدف ما در این پژوهش مشخص نمودن کاربرد عملی مشاوره فلسفی در معنادرمانی است. با توجه به هدف مذکور در این مقاله ابتدا به معرفی مشاوره فلسفی، رویکردها و روش‌های آن می‌پردازیم و پس از آن گزارشی کلی از مبانی و تکنیک‌های معنادرمانی ارائه خواهیم داد. در نهایت نیز به تبیین و تحلیل نقش مشاوره فلسفی در فرآیند معنادرمانی خواهیم پرداخت. این مقاله نه تنها اولین مقاله فارسی است که نقش مشاوره فلسفی را در معنادرمانی بررسی می‌کند، بلکه بر مبنای تتبعات صاحب قلم این نوشتار، هیچ کتاب یا مقاله انگلیسی نیز با این موضوع و رویکرد یافته نشد.

۱- مشاوره فلسفی

در این بخش ضمن بیان تاریخچه مختصری از مشاوره فلسفی و تعریف آن، به تبیین مرزهای این نوع مشاوره و روان‌درمانی پرداخته و در نهایت نیز رویکردها و روش‌های کلی در مشاوره فلسفی را معرفی می‌کنیم.

۱-۱ تاریخچه مشاوره فلسفی

از اواسط قرن بیستم میلادی در میان فیلسوفان عمل‌گرا (Pragmatist) در اروپا و آمریکا به این نتیجه رسیدند که تحلیل فلسفی مسائل مختلف می‌تواند در کمک به افراد برای ازدواج و یا حتی رهایی آنها از افسردگی موثر باشد. این تفکر که فلسفه توانایی حل مشکلات و مسائل فردی و اجتماعی انسانها را دارد در دهه شصت قرن بیستم قوت گرفت و نتیجه آن پی‌ریزی بنیان‌های اخلاق کاربردی (Applied Ethics) بود. در اخلاق کاربردی معضلات و دو راهی‌های اخلاقی‌ای که در مشاغل گوناگون و همچنین شرایط مختلف زیست انسان مطرح می‌شوند بررسی شده و تلاش می‌شود با بکارگیری مبانی فلسفی به آن‌ها پاسخ داده شود. در همین راستا به تدریج این مساله مطرح شد که فلسفه می‌تواند مکمل روان‌درمانی (Psychotherapy) باشد و به درمان بسیاری از مشکلات فردی و اختلالات روانشناختی (Psychological Disorders) کمک کند (Cohen, 2013: 2-1). پیر هودت در کتاب خود با عنوان «فلسفه به مثابه شیوه زندگی» این مساله را مورد مذاقه قرار می‌دهد که فلسفه از نظر بسیاری از فیلسوفان یونان باستان نیز صرفاً علمی نظری که به بررسی مسائل انتزاعی می‌پردازد نبوده و هدف اصلی آن تغییر نوع نگرش ما به جهان و در نتیجه تحولی درونی است (بی.راب، ۱۳۹۸: ۳۶). مهمترین فیلسوف یونانی که به مساله تاثیر فلسفه در دگرگونی انسان‌ها توجه دارد سقراط است. از نظر او کار فیلسوف شبیه کار ماما است، زیرا به نوعی زایش منجر می‌شود. در حقیقت فیلسوف از طریق دیالوگ فلسفی با افراد به آن‌ها کمک می‌کند تا مسائل از منظری متفاوت دیده، نگرشی جدید نسبت به زندگی پیدا کرده و در نهایت نحوه زیست خود را بر اساس این ایده‌ها جدید تغییر دهند (Lahav, 1996: 260). در دوره جدید نیز فیلسوفانی همچون لودویگ ویتگنشتاین و جان دیویی بر وجه عملی فلسفه تاکید کردند، تا جایی که از نظر ویتگنشتاین اگر پرسش‌های فلسفی به پیشرفت زندگی آدمی کمک نکند، فلسفه علمی بی‌حاصل است (بی.راب، ۱۳۹۸: ۳۸). اما نخستین فردی که بطور رسمی در سال ۱۹۸۱ مشاوره فلسفی را به عنوان حوزه فعالیت جدید فیلسوفان مطرح کرد، فیلسوف آلمانی گرد آخنباخ (Gerd B. Akhenbach) است. وی در سال ۱۹۸۲ نیز انجمنی را در آلمان برای فعالیت در زمینه مشاوره فلسفی تاسیس نمود (Lahav, 1996: 260). در سال ۱۹۸۹ نیز لیوت کوهن انجمن مشاوره فلسفی ملی (National Philosophical Counseling Association (NPCA)) را در آمریکا تاسیس نمود که در این مرکز با استفاده از ابزارها و روش‌های فلسفی به حل معضلات و مشکلات مراجع (Counselee) کمک می‌شود. هم‌اکنون نیز مشاوره فلسفی در کشورهایی چون آمریکا، کانادا، آلمان، انگلستان، استرالیا و برزیل به شدت مورد توجه بوده به عنوان ابزاری برای کمک به مشکلات فردی و روانشناختی افراد به کار گرفته می‌شود (Cohen, 2013: 3-7).

۱-۲ تبیین ماهیت مشاوره فلسفی

مشاوره فلسفی نوعی مشاوره است که جهان‌بینی (Worldview) (نگرش کلی فرد نسبت به زندگی) و باورهایی که در پس مشکلات و مسائل فردی مراجعان وجود دارد را فهم کرده و مورد نقد و بررسی قرار می‌دهد. بنابراین در این نوع مشاوره مقولاتی همچون ضمیر ناهوشیار یا علت‌های جسمی و زیست‌شناختی مشکلات مراجعان مورد

توجه نیست و جهان‌بینی آن‌ها محوریت دارد (Padin, 2013: 27). از آنجا که در مشاوره فلسفی پرسش‌های کلی در باب مشکلات مراجع در تصمیم‌گیری، مسائل خانوادگی و نارضایتی‌های شغلی مطرح شده و نگرش فلسفی و جامع او به زندگی مورد توجه است، لازم است مشاور فلسفی متخصص در فلسفه باشد. در فرآیند نقد جهان‌بینی مراجع، لازم است مساله واری خود (Self-examination) مورد توجه قرار گیرد. مشاور فلسفی به مراجع کمک می‌کند تا از منظری منتقدانه و فلسفی خودش را مورد بررسی قرار دهد که در جریان این بررسی، جهان‌بینی و باورهای مراجع نیز مورد ارزیابی قرار می‌گیرند (Lahav, 1996: 259). محوریت واری فلسفی خود در مشاوره فلسفی ریشه در این نگرش سقراطی دارد که اصیل‌ترین هدف فلسفه، شناخت خود و رسیدن به فهمی عمیق و مناسب از خود است. بر همین اساس مشاور فلسفی از طریق دیالوگ سقراطی به مراجعان کمک می‌کند تا به فهمی بهتر از خودشان و جهان‌بینی‌شان برسند (Taylor, 2013: 73-72). بر همین اساس مشاوران فلسفی در زمینه‌ها مسائل شغلی، مشکلات خانوادگی، بحران‌های هویتی، مسائل مذهبی و خلاء معنا در زندگی به مراجعان خود مشاوره می‌دهند (بی.راب، ۱۳۹۸، ص: ۴۲). بنابراین مشاوره فلسفی همانند فلسفه صرفاً به بیان نظریات فلسفی و تحلیل و نقد آن‌ها نمی‌پردازد بلکه تلاش می‌کند دیدگاه‌ها و نظریات فلاسفه بزرگ را در ساحت عملی به کار گرفته و از این منظر به حل مشکلات و مسائل فردی و اجتماعی انسان‌ها کمک کند (Mladin, 2014: 196). با توجه به ماهیت مشاوره فلسفی به نظر می‌آید این علم می‌تواند پاسخی مناسب به منتقدانی باشد که معتقدند فلسفه صرفاً علمی است انتزاعی و نقش مهمی در زندگی آدمی بازی نمی‌کند. بنابراین مشاوره فلسفی تا حد زیادی نمایان‌گر کارکرد عملی فلسفه در زندگی انسان است. اما پرسشی که در ادامه مطرح می‌شود این است که ضرورت و فایده عملی مشاوره فلسفی چیست؟ به تعبیر دیگر در شرایطی که علمی به نام روان‌درمانی به ارائه راه حل برای مشکلات انسان‌ها می‌پردازد و تلاش می‌کند اختلالات روحی و روانی آن‌ها را حل کند، بر چه مبنایی می‌توان از ضرورت نیاز به مشاوره فلسفی سخن گفت؟ برای پاسخ به این پرسش و تبیین ضرورت مشاوره فلسفی لازم است ابتدا به تبیین تفاوت و مرز روان‌درمانی با مشاوره فلسفی بپردازیم.

بر مبنای مشاوره فلسفی ذهن انسان همان مغز او نیست و تغییراتی که در باورها و ارزش‌های او شکل می‌گیرند به معنای تغییر در مغز نیست. از سوی دیگر از منظر مشاوره فلسفی بیماری‌های ذهنی و روانشناختی انسان در اثر نقص و عدم انسجام در نظام باورها و ارزش‌های وی به وجود می‌آیند. در نهایت از آنجا که طرفداران این نوع مشاوره، حجم وسیعی از مشکلات روحی و روانشناختی را محصول ناکارآمدی نظام باورها و ارزش‌های فرد می‌داند، بر این باورند که بحث فلسفی در باب این مقولات کمک شایانی به حل مشکلات عاطفی و روانشناختی انسان‌ها خواهد کرد (Raabe, 2013: 199). در حقیقت از منظر مشاوره فلسفی ذهن یا روح امری متمایز از جسم بوده و محل شکل‌گیری باورها و ارزش‌های فرد است و این مساله یکی از مهمترین پیش‌فرض‌های مشاوره فلسفی است.

این فرضیه، مشاوره فلسفی را از آن دسته از نظریات روان‌درمانی که بر پایه مدل پزشکی (Medical model) شکل گرفته‌اند متمایز می‌کند.^۲ هدف مشاوره فلسفی صرفاً بازگرداندن مراجع به کف سلامت روان (Mental Health) و سلامت جسمانی (Biological Health) پذیرفته شده در جامعه نیست، در حالی که این مساله در مدل پزشکی روان‌درمانی پذیرفته شده است. هدف اصلی مشاوره فلسفی این است که از طریق بررسی انتقادی نظام باورها و جهان‌بینی مراجع و تغییر آن‌ها، زندگی او را معنادار و شکوفا کند به گونه‌ای که مراجع بتواند هدف و آرمانی ارزشمند برای زندگی خود تعریف کرده و از این منظر نحوه زیست (Life style) خود را سامان دهد (Padin, 2013: 26-25). از سوی دیگر در مشاوره فلسفی بر آزادی و مرجعیت (Autonomy) مراجع

تاکید شده و مشاور هیچ جهان‌بینی یا باوری را به مراجع تحمیل نمی‌کند. در حقیقت در این نوع مشاوره، مراجع به عنوان بیمار مورد ملاحظه قرار نمی‌گیرد و نقشی فعال در مسیر تغییر جهانی‌بینی و باورهای خویش داشته و به همین دلیل مسئول باورها و اعمال خویش است. مرجعیت و خودمختاری در نظر گرفته شده برای مراجع به دلیل ظرفیت بالای هر انسان برای تفکر عقلانی بوده که یکی از پیش‌فرض‌های مهم مشاوره فلسفی است (Amir, 2013: 47-46). با توجه به این مساله می‌توان گفت مشاوره فلسفی نوعی درمان مراجع محور (Client-centered) بوده که از این منظر از روان‌درمانی‌هایی که بر اساس مدل پزشکی شکل گرفته‌اند متمایز شده و به روان‌درمانی انسان‌گرا (Humanistic psychotherapy) نزدیک می‌شود^۳ (Padin, 2013: 27-26). در حقیقت بر مبنای این نوع مشاوره، از آنجا که همه انسان‌ها توانایی تفکر عقلانی دارند حتی در شرایط نابسامان روحی و عاطفی نیز می‌توانند با بررسی انتقادی باورهای خود، مشکلات‌شان را حل کنند. در این میان مشاور فلسفی راهنمایی است که از طریق قرار دادن مراجع در مسیر گفتگو تلاش می‌کند ظرفیت‌های بالقوه وی را شکوفا سازد.

مشاوره فلسفی از حیث تأکید بر اختیار و مسئولیت انسان و همچنین تحلیل مشکلات روانشناختی انسان‌ها بر مبنای باورهای آگاهانه و بالفعل آن‌ها از روان‌تحلیل‌گری (Psychoanalysis) متمایز می‌شود. از منظر مشاوره فلسفی چون در روان‌تحلیل‌گری مشکلات روانشناختی مراجع به ضمیر ناهوشیار و ناخودآگاه او نسبت داده می‌شوند، تا حد زیادی مسئولیت مراجع از او سلب می‌شود، حال آنکه چون در مشاوره فلسفی مراجع به عنوان موجودی معقول مورد ملاحظه قرار می‌گیرد که توانایی بررسی آگاهانه باورها و جهان‌بینی خود را دارد، محوریت و مسئولیت اصلی حل مشکل بر عهده خود اوست (بی.راب، ۱۳۹۸، ص: ۱۳۲). اما مشاوره فلسفی شباهت زیادی به درمان عقلانی - هیجانی (Rational Emotive Therapy (RET)) آلبرت آلیس دارد، چرا که در این نوع درمان نیز بر محوریت باورها در درمان مشکلات و اختلالات روانشناختی تأکید می‌شود. از نظر آلیس باورهای نادرست و غیر معقول موجب استرس و مشکلات روحی می‌شوند، بنابراین روان‌درمانگر از طریق کمک به مراجع برای تصحیح این باورها به سلامت روان او کمک می‌کند (همان: ۱۳۴-۱۳۳). گرچه مشاوره فلسفی و نظریات درمانی‌شناختی در تأکید بر نقش باورها در درمان اختلالات روانشناختی مشترک هستند اما در مشاوره فلسفی باورهای کلی‌تر و فلسفی‌تر مراجع در باب مشکلاتش مورد مذاقه و بررسی قرار می‌گیرند (Mladin, 2014: 197). در حقیقت از آنجا که در مشاوره فلسفی ابزارها و اطلاعات فلسفی محوریت دارند، مشاور فلسفی تلاش می‌کند تا مراجع متعقلانه‌تر و منتقدانه‌تر به زندگی خود بیندیشد. برای توضیح این تفاوت می‌توان به تفاوتی ظریف در هدف درمان‌های شناختی و مشاوره فلسفی اشاره کرد. هدف اصلی درمان‌های شناختی درمان مشکل روانشناختی فرد است و از تغییر باورها به عنوان ابزاری در خدمت این هدف استفاده می‌کنند، حال آنکه هدف اصلی مشاور فلسفی این است که مراجع نگرشی فلسفی‌تر و عمیق‌تر نسبت به خود و زندگی‌اش داشته باشد، گرچه حل مشکلات روحی و روانشناختی او به عنوان یک هدف فرعی مورد نظر است (Mills, 2013: 103-104). در درمان‌های شناختی باورها از این حیث که چه تاثیری بر مشکل روانشناختی مراجع گذاشته‌اند مد نظر بوده و بر همین مبنای سطح تحلیل‌های روانشناختی و جزئی‌نگر باقی می‌مانند، اما در مشاوره فلسفی باورها از این منظر که چگونه با شبکه مفهومی و جهان‌بینی کلی پذیرفته شده توسط مراجع مرتبط می‌شوند مورد بررسی قرار می‌گیرند. به عنوان نمونه در درمان‌های شناختی از فردی که در مسائل عاطفی و عشقی دچار مشکل شده از باورهای شخصی او درباره عشق می‌پرسند، اما در مشاوره فلسفی پرسش‌هایی در باب ماهیت عشق بطور کلی مطرح می‌شود و دیدگاه مراجع در باره این مقوله به عنوان یکی از نظریات موجود مورد بحث و تحلیل فلسفی قرار

می‌گیرد. اما پرسش فلسفی در باب عشق پرسشی پر دامنه است، چرا که مراجع و مشاور فلسفی را وارد مباحثی چون چیستی احساس تعلق به دیگری و نحوه ارتباط فرد با دیگران کرده و مسائل فلسفی در این زمینه را پیش می‌کشد (Blass, 1996: 282-283). از آنجا که پرسش فلسفی در باب عشق پای دیگری را به میان می‌کشد و مساله رابطه انسان با دیگران را مطرح می‌کند، می‌تواند مشاور و مراجع را وارد مباحث مرتبط با خودگرایی و دیگرگرایی در حوزه فلسفه اخلاق کرده و مستلزم بررسی دیدگاه‌ها و نظریات فلسفی در این باب شود. به همین دلیل تخصص فلسفی مشاور فلسفی یکی از شروط مشاوره فلسفی است، تا مشاور بتواند به هنگام ورود به پرسش‌های فلسفی عمیق توانایی طرح، تحلیل و نقد نظریات فلسفی در باب موضوع مورد بحث را داشته باشد. البته ممکن است این مساله مطرح شود که چه بسا درمانگری شناختی نیز اطلاعات خود را در زمینه فلسفه بالا برده و توانایی طرح پرسش‌های فلسفی در باره مسائل مختلف را داشته باشد و از این نظر نیازی به وجود مشاور فلسفی نیست. در پاسخ به این اشکال باید گفت روان‌درمانگر هر چقدر هم که در فلسفه مطالعه کند قطعاً به اندازه فردی که در زمینه فلسفه متخصص بوده و به طور آکادمیک این رشته را مطالعه کرده توانمند نبوده و در طرح و تحلیل دیدگاه‌های فلسفی قوت یک فیلسوف را ندارد.

مساله بهره‌مندی از تخصص فلسفی در باب باورهای بنیادی و جهان‌بینی مراجعان آنچنان با اهمیت است که افرادی چون مایکل راسل بر این باورند در بسیاری از موارد فیلسوف نسبت به روان‌درمانگر صلاحیت بالاتری برای درمان شناختی دارد، به خصوص در مواقعی که پرسش‌های مراجعان عمق فلسفی بیشتری داشته و پاسخ دادن به آن‌ها مستلزم تسلط مشاور در باب دیدگاه‌های فلسفی مرتبط با موضوع است (بی.راب، ۱۳۹۸: ۱۴۳-۱۴۲). همین مساله در مورد درمان‌های انسان‌گرایی چون معنادرمانی و درمان‌های وجودی نیز صادق است. یعنی با وجود شباهت‌های مهمی چون مراجع محور بودن، تاکید بر اختیار و مسئولیت انسان و توجه به ماهیت متمایز انسان از سایر موجودات در مشاوره فلسفی و درمان‌های انسان‌گرا، مشاوره فلسفی در مقایسه با این نوع این درمان‌ها از منظری فلسفی‌تر مسائل مراجعان را بررسی کرده و تحلیل عمیق جهان‌بینی فلسفی مراجع بدون وجود مشاوره که در زمینه فلسفه متخصص باشد امکان‌پذیر نیست.

با توجه به مطالب مذکور می‌توان گفت تعامل مشاوره فلسفی و روان‌درمانی امری ضروری است. مشاوره فلسفی مکمل روان‌درمانی است و در شرایطی که لزوم واری دقت‌تر جهان‌بینی مراجع و باورهای فلسفی او در باره جهان توسط روان‌درمانگر احساس می‌شود، ضروری است به مشاور فلسفی ارجاع داده شود. همچنین هنگامی که مراجعی برای حل تناقض‌های موجود در جهان‌بینی خود و پرسش‌های فلسفی به مشاور فلسفی مراجعه می‌کند، اما مشاور فلسفی متوجه مشکلی هیجانی و روانشناختی در او می‌شود که با ابزارهای روانشناختی بهتر قابل حل است، لازم است مراجع را به روان‌درمانگر ارجاع دهد (Marica, 2015: 387).

بنابراین مشاوره فلسفی در جریان تعامل با روان‌درمانی می‌تواند به درمان اختلالات و مشکلات فلسفی انسان‌ها کمک کند، اما به نظر می‌آید علاوه بر این مساله، این نوع مشاوره حتی برای افرادی که از مشکل روحی و روانی خاصی رنج نمی‌برند نیز مفید است، چرا که ارتقای معنا زندگی و تعمق فلسفی در جهان‌بینی هدف اصلی مشاوره فلسفی است که نمایانگر سطحی متعالی و منحصر به فرد از نحوه زیست انسان است.

این مساله با تعمق در تعریفی که توسط سازمان جهانی سلامت (World Health Organization) (WHO) از سلامت ارائه شده آشکارتر می‌شود. بر مبنای این تعریف، سلامت صرفاً فقدان بیماری جسمی یا اختلال روانی نیست، بلکه به وضعیتی اطلاق می‌شود که در آن وضعیت، سطح بالا و ایده آلی از سلامتی جسمی، روحی و احساس خوشبختی تجربه شده باشد (Martin, 2006: 29). مشاوره فلسفی از طریق تاکید بر

خودمختاری مراجع و طرح پرسش‌های بنیادین تلاش می‌کند تا مراجع، از منظری منتقدانه و متفکرانه مسائل مختلف را مورد بررسی قرار داده و در مواجهه با مشکلات زندگی حالتی منفعل و وابسته نداشته باشد (Loplings, 1996: 298). عدم بررسی انتقادی باورها و نظرگاه کلی فرد نسبت به زندگی موجب می‌شود آدمی تصور کند برای حل مشکلات صرفاً یک یا چند راه حل مشخص وجود دارد، اما مشاوره فلسفی از طریق فعال کردن تفکر انتقادی (Critical thinking) در مراجع به او کمک می‌کند جهان را از منظرهای مختلف ببیند و از این طریق بتواند امکانات پیش رو و نحوه‌های مختلف زیستن را یافته و از میان آن‌ها یکی را انتخاب کند (Lahav, 2013: 97). پر واضح است که در چنین شرایطی مراجع زندگی عمیق‌تر و ارزشمندتری را تجربه کرده، معنای زندگی او ژرف‌تر شده و در نهایت احساس خوشبختی بیشتری را تجربه می‌کند.

۱-۳ رویکردهای مشاوره فلسفی

در این بخش به تبیین دو رویکرد درمانی و غیردرمانی در مشاوره فلسفی با توجه به اهمیت این بحث در بخش سوم مقاله (لزوم استفاده از مشاوره فلسفی در معنادرمانی) خواهیم پرداخت.

برخی از متفکران بر این باورند که مشاوره فلسفی به درمان مشکلات روحی و اختلالات روانشناختی انسان‌ها کمک می‌کند، حال آنکه برخی دیگر این مساله را رد می‌کنند (بی.راب، ۱۳۹۸: ۴۴). مهمترین فردی که از غیردرمانی بودن مشاوره فلسفی دفاع می‌کند گرد آخن باخ است. از نظر برای اینکه مشاوره فلسفی را نوعی درمان بدانیم لازم است هدف این نوع مشاوره تغییر مراجع باشد، حال آنکه مشاوره فلسفی چنین هدفی را دنبال نمی‌کند. اما پذیرش این دیدگاه سخت است چراکه به هر حال مراجع دغدغه و مشکلی دارد و جهت تغییر در وضعیت کنونی خود به مشاور فلسفی مراجعه می‌کند و بررسی فلسفی باورهای وی در فرآیند مشاوره فلسفی که هدف اصلی این نوع مشاوره است می‌تواند به تغییر مراجع و حل مشکل او کمک کند (همان: ۷۱-۷۰). تبیین معتدل‌تر از رویکرد غیردرمانی مشاوره فلسفی این مساله را می‌پذیرد که این نوع مشاوره زندگی مراجع را تغییر می‌دهد چرا که از طریق طرح پرسش‌های فلسفی و تفکر انتقادی، معنای زندگی و نحوه زیست او را عمیق‌تر می‌کند اما بر مبنای این تبیین، مشاوره فلسفی توجه خاصی به مشکلات و مسائل شخصی انسان ندارد و صرفاً نظرگاه کلی درباره امور مختلف را مورد بررسی قرار می‌دهد (Lahav, 2013: 85). اما به نظر می‌آید به این تبیین نیز انتقاد وارد باشد، چرا که تغییر در جهان‌بینی و غنای معنای زندگی مراجع به حل مشکلات و مسائل روانشناختی و عاطفی او کمک شایانی خواهد نمود. انسانی که پس از مشاوره فلسفی در سطح عالی‌تری زندگی می‌کند، دغدغه‌هایش عوض می‌شوند و مشکلات و مسائلی که در سطح پایین‌تر زندگی داشت را تجربه نخواهد کرد. اگر پیش‌فرض مشاوره فلسفی این است که جهان‌بینی مراجع نقش مهمی در نحوه زیست او دارد پس نمی‌تواند این مساله را انکار کند که با تغییر این جهان‌بینی، مسائل و دغدغه‌های مراجع نیز تغییر خواهند کرد. البته همانطور که بیان شد قرار نیست مشاوره فلسفی مراجع را بی‌مشکل و بی‌دغدغه کند، چرا که انسان در هر سطحی از زندگی با چالش مواجه است اما مساله این است که چالش‌ها و مسائلی که در سطح متعالی‌تر زندگی مطرح می‌شوند، ارزشمندتر از مسائل نحوه زیست سطحی‌تر هستند. به عنوان نمونه فردی که به دلیل شرایط مالی یا عدم ارتقای شغلی خود به مشاوره فلسفی مراجعه می‌کند و نوعی نگرش خودمحورانه نسبت به خودش و زندگی دارد و در فرآیند مشاوره فلسفی به سمت جهان‌بینی دیگرایانه‌تری هدایت می‌شود، پس از مشاوره دغدغه‌ها و اولویتهای متفاوت‌تری خواهد داشت و چه بسا مسائل گذشته برایش دغدغه نباشد.

۱-۴ تکنیک‌های مشاوره فلسفی

مهمترین تکنیک‌هایی که در فرآیند مشاوره فلسفی بکار گرفته می‌شوند، گفتگوی سقراطی (Socratic dialogue) و درمان منطق محور (Logic-Based Therapy) هستند.

ماهیت گفتگو در مشاوره فلسفی به این صورت است که به گونه‌ای غیر تحمیلی به مراجع کمک می‌شود و جوهی از زندگی و جهان‌بینی خود را که تا کنون به آن‌ها التفات نداشته مورد توجه قرار دهد. در فرآیند گفتگوی سقراطی از طریق پرسش و پاسخ‌هایی که میان مشاور و مراجع مطرح می‌شود به مراجع کمک می‌شود تا خود او با تکیه بر ظرفیت‌های عقلانی‌اش مشکلات خویش را حل کند (بی.راب، ۱۳۹۸: ۹۰-۸۸). یکی از مهمترین مسائل در فرآیند گفتگوی سقراطی این است که مراجع باورهایش را زیر و رو کرده و آن‌ها را مورد شک و شبهه قرار دهد و در جریان گفتگویی خردمندانه به حقیقت نزدیک شده و دیدگاه‌های خام را به دیدگاه‌های پخته‌تری تبدیل کند (همان: ۱۲۱). این مهم از طریق شفاف‌سازی باورهای مراجع و انسجام بخشیدن به این باورها محقق خواهد شد (Hasen, 2009: 39).

در تکنیک درمان منطق محور تلاش می‌شود تا استدلال‌های مراجعان برای باورهایشان مورد ارزیابی قرار گرفته، مغالطه‌های این استدلال‌ها و تناقض‌های باورها استخراج شده و از این طریق به مراجع کمک شود تا به باورهایی موجه‌تر و منسجم‌تر دست یابد. از نظر الیوت کوهن تکنیک منطق محور از طریق تصحیح باورهای متناقض و غیر موجه مراجعان و راهنمایی آن‌ها در جهت اصلاح این باورها، به آن‌ها کمک می‌کند که هیجان‌ات و احساسات منفی خود را از بین ببرند چرا که از نظر او ارتباطی عمیق و تنگ‌انگ میان باورها و احساسات وجود دارد (بی.راب، ۱۳۹۸: ۱۲۳-۱۲۲). با وجود شباهت زیادی که تکنیک منطق محور با درمان‌های شناختی از نوع درمان عقلانی-هیجانی آلبرت آلیس دارد، از جهاتی با این نوع درمان متمایز است. تکنیک منطق محور در مقایسه با درمان‌های شناختی، با رویکردی فلسفی‌تر و کل‌گرایانه‌تر به تحلیل باورها و جهان‌بینی مراجع پرداخته و بطور حرفه‌ای از منطق قیاسی برای صورت بندی صحیح باورها و کشف مغالطه‌های مراجع استفاده می‌کند. همچنین در تکنیک منطق محور صرفاً رهایی مراجع از احساسات و هیجان‌ات ناخوشایند هدف نیست بلکه رساندن مراجع به سطحی متعالی از حیات انسانی که در آن سطح آراسته به فضایل اخلاقی و معنوی شود مد نظر است، این در حالی است که درمان‌های شناختی بیشتر رهایی از عواطف منفی از طریق تصحیح باورهای غلط را هدف قرار می‌دهند. تکنیک درمان منطق محور پنج مرحله دارد: در مرحله اول دلایل عملی مراجع که موجب ایجاد عواطف و احساسات منفی در او می‌شوند کشف می‌شوند. در مرحله دوم مقدمات غیر عقلانی این استدلال‌ها یافته می‌شوند. در گام سوم این مقدمات غلط رد شده و مورد انتقاد قرار می‌گیرند. در مرحله چهارم استدلال‌های عملی فلسفی مقابل این استدلال‌های بر پایه مقدمات غلط معرفی می‌شوند که این استدلال‌ها در جهت ارتقای فضیلتی خاص هستند. در آخرین مرحله نیروی اراده مراجع برای جایگزین کردن استدلال‌های صحیح با استدلال‌های غلط بکار گرفته شود تا در نهایت فضیلت مرتبط با آن استدلال در مراجع به وجود بیاید (Cohen, 2013: 112-114). به نظر می‌آید در مرحله آخر تکنیک منطق محور برای ایجاد انگیزش لازم در مراجع برای عمل بر اساس استدلال‌های صحیح، لازم باشد مشاور فلسفی از روان‌درمانگر کمک گرفته و روش‌هایی که در ایجاد انگیزه برای عمل در روان‌درمانی مورد استفاده قرار می‌گیرند بهره‌مند شود.

۲- معنادرمانی

معنادرمانی یکی از مکاتب موجود در روان‌درمانی است که توسط ویکتور فرانکل (Viktor Frankl) بنیانگذاری شده است. در این مکتب برخلاف دیدگاه فروید به جای تاکید بر وجه زیست‌شناختی انسان، بر بعد روحانی و معنوی او تاکید می‌شود (Weisskope, 1958: 193). فرانکل روانپزشک و رییس بخش عصب‌شناسی دانشگاه وین در اتریش بود، بیش از ۷۰۰ مقاله نوشت و ۳۱ کتاب را به رشته نگارش درآورد. همچنین وی در بیشتر از ۲۰۰ دانشگاه در ۴۰ کشور جهان تدریس نمود. مهمترین اثر وی کتاب «انسان در جستجوی معنا» (Man's Search for Meaning) است که محصول تجربیات او در زمان جنگ جهانی دوم و مربوط به دوره‌ای است که در اردوگاه‌های کار اجباری نازی‌ها زندانی بود. این کتاب به ۲۴ زبان ترجمه و بیشتر از ۱۰ میلیون نسخه منتشر گردید (مارشال، ۱۳۹۶، ص: ۲۱-۲۰). وی در کتاب انسان در جستجوی معنا ضمن توصیف شرایط سخت خود و سایر زندانیان، به تبیین ظرفیت انسان جهت برون رفت از پوچی ناشی از رنج از طریق بازیابی معنای زندگی در شرایط دشوار و دردناک می‌پردازد (Lantz, 1998: 93). از منظر معنادرمانی، ریشه اصلی اعتیاد به الکل و مواد مخدر، خودکشی و مشکلات روحی و روانی در جهان معاصر فروریختن نظم ارزش‌ها بعد از دو جنگ جهانی و ناتوانی انسان در یافتن معنایی غایی برای زندگی است (Crumbaugh, 1971: 373-374). بر همین مبنا فرانکل به انتقاد از مکاتب روان‌درمانی‌ای همچون روان‌تحلیل‌گری (Psychoanalysis) فرویدی که بر لذت تاکید می‌کنند و همچنین نگرش‌های آدلری که بر مقوله قدرت تاکید دارند پرداخته و معتقد است مساله اصلی در روان‌درمانی بازیابی معنای زندگی و توجه به بعد روحانی انسان است (Dickson, 1975: 209). در این بخش ضمن معرفی مبانی معنادرمانی به تبیین تکنیک‌های اصلی ارائه شده در این نوع درمان خواهیم پرداخت.

۲-۱ مبانی معنادرمانی

بررسی آثار متنوعی که در زمینه معنادرمانی به رشته نگارش درآمده نمایانگر این است که در معنادرمانی سه محور یا بنیان اصلی وجود دارد که عبارتند از: اختیار و مسئولیت انسان، بعد روحانی انسان، معنای زندگی. در این بخش این سه مقوله را تشریح خواهیم کرد.

۲-۱-۱ اختیار و مسئولیت انسان

فرانکل به شدت تحت تاثیر فلسفه اصالت وجود (Existentialism) بوده و جهت تبیین مبانی معنادرمانی همواره به اندیشه‌های فیلسوفان اصالت وجود همچون هایدگر، نیچه، سارتر و یاسپرس استناد می‌کند. بر اساس نگرش اصالت وجودی او، انسان موجودی مختار بوده و صرفاً محصول شرایط جبری زندگی نیست (مارشال، ۱۳۹۶: ۲۹-۲۸). فرانکل معتقد است حتی در بدترین و تحمیلی‌ترین شرایط زندگی نیز امکاناتی وجود دارد که انسان می‌تواند از میان آنها دست به انتخاب بزند. وی برای تبیین این مساله، وضعیت برخی از زندانیان در اردوگاه‌های کار اجباری نازی‌ها را توضیح دهد که با وجود اینکه تکه نانی بیش نداشتند همان تکه نان را به سایر زندانیان می‌بخشیدند (فرانکل، ۱۳۹۰: ۱۰۱-۱۰۰). البته فرانکل این مساله را می‌پذیرد که برخی از شرایط زندگی جبری است و اموری را بر ما تحمیل می‌کند، اما معتقد است انسان در چنین موقعیت‌هایی ظرفیتی برای تغییر شرایط داشته و این ظرفیت همان توانمندی آدمی جهت واکنش مناسب به اوضاع و احوالی است که زندگی پیش روی او قرار می‌دهد. از نظر او چون انسان توانایی انتخاب میان امکانات گوناگون را دارد پس در برابر انتخاب‌هایی که می‌کند مسئول است. بر همین مبنا فرانکل معتقد است شرایط سخت زندگی در حقیقت پرسش‌ها و انتظاراتی است

که هستی در برابر ما قرار داده و ما در برابر این انتظارات مسئول بوده و باید با عملی مناسب، پاسخی درست و معنادار به آنها بدهیم (Johnson, 1968: 123). از نظر او هر انسان، فردی منحصر به فرد بوده و لازم است خودش به نحو مسئولانه اعمال و واکنش‌هایش به انتظارات هستی و شرایط مختلف زندگی را انتخاب کند، اما در بسیاری از موارد انسان‌ها برای فرار از بار مسئولیت غرق در توده مردم و اکثریت شده و فردیت و انسانیت خود را از دست می‌دهند (فرانکل، ۱۳۶۸: ۱۴۸-۱۴۶). در واقع از نظر فرانکل انسانیت انسان در گرو تغییری پویا و همیشگی محقق می‌شود و ماهیت از پیش تعیین شده ندارد، به همین دلیل مسئولیت‌گریزی و پیروی کورکورانه از اکثریت هویت انسانی او را نابود می‌کند (Crumbaugh, 1971: 375). همانطور که مشخص است این نگرش فرانکل نسبت به ماهیت انسان، ریشه در اندیشه‌های متفکران اصالت وجود همچون سارتر دارد که معتقدند ویژگی متمایزکننده انسان از سایر موجودات این است که انسان ماهیت ثابت و از پیش تعیین شده نداشته و در مسیر انتخاب‌هایی که انجام می‌دهد هویتش ساخته می‌شود.

۲-۱-۲ بعد روحانی انسان

از نظر فرانکل انسان دارای سه بعد است که عبارتند از: بعد جسمی (Biological dimension)، بعد ذهنی (Mental dimension) یا روانشناختی و بعد اندیشه‌ای (Noetic dimension) یا روحانی. بعد جسمی انسان ریشه در ساختارهای زیست‌شناختی از پیش تعیین شده داشته و بعد روانشناختی وجود او نیز تا حد زیادی متأثر از گذشته آدمی که در روان تحلیل‌گری فرویدی عمیقاً مورد توجه قرار می‌گیرد. اما بعد روحانی انسان همان وجهی از وجود اوست که به او اجازه می‌دهد از شرایط جبری زیست‌شناختی و روانشناختی از پیش تعیین شده فراتر رود و به زندگی خود معنا ببخشد و بر همین اساس بعد اصلی وجود او متمایزکننده او از سایر موجودات است (مارشال، ۱۳۹۶: ۴۱-۴۰). فرانکل معتقد است میان ابعاد سه‌گانه وجود انسان ارتباطی عمیق وجود دارد و بدون شک وجود اختلال در یک بعد بر دیگر ابعاد تأثیر می‌گذارد اما بعد روحانی انسان این امکان را به او می‌دهد که بر مشکلات جسمی و روانشناختی خود غلبه کرده و مسیر زندگی خویش را تغییر دهد. وی برای تبیین این مسأله به زندگی افراد معلول جسمی اشاره می‌کند که با اراده خویش به موفقیت‌های بزرگ فردی و اجتماعی دست یافته‌اند (فرانکل، ۱۳۶۸: ۱۶۳-۱۶۰). بر همین مبنا می‌توان گفت از نظر فرانکل علت اصلی بهره‌مندی آدمی از نیروی اختیار و ظرفیت لازم برای مواجهه فعالانه با پیشامدهای زندگی، برخوردار بودن انسان از بعد روحانی است چرا که بهره‌مندی از این بعد وجودی امکان تعالی انسان را فراهم نموده و و پیش‌شرط این تعالی اراده‌ای آزاد است.

۲-۱-۳ معنای زندگی (Meaning of life)

مهمترین مسأله در معنادرمانی مسأله معنای زندگی است. از نظر فرانکل با توجه به اینکه انسان از بعد روحانی برخوردار است با تعارض‌ها و کشمکش‌هایی روبه‌رو بوده که ارتباطی به غرایز مادی و لذت نداشته و از طریق بازیابی معنای زندگی و تحقق ارزش‌ها برطرف می‌شوند. وی بر این باور است که نیاز به معنا در درون انسان که نوعی تنش را در وجود آدمی پدیدار می‌کند، نه تنها نشانه بیماری نیست بلکه حدی از این کشمکش لازمه سلامت روان است، چرا که همین تنش و احساس تهی بودن است که زمینه رشد و تعالی معنوی انسان در بعد روحانی را فراهم می‌کند (همان، ۱۳۹۰: ۱۵۷-۱۵۵). فرانکل از این احساس تهی بودن و بی‌هدف بودن در زندگی با عنوان خلاء وجودی (Existential vacuum) یاد می‌کند (فرانکل کتاب اراده برای معنا قسمت ۳). از نظر او خلاء وجودی در شرایطی به وجود می‌آید که انسان ارزش‌ها و معنای زندگی را گم می‌کند و تصور می‌کند هیچ راهنما

و هدایتگری در این زمینه وجود ندارد(همان). فرانکل پس از بررسی پرونده برخی از مراجعانش متوجه شد آنها از نوعی احساس بی ارزشی در زندگی رنج می‌برند که بیش از آنکه مربوط به مسائله‌ای خاص در زندگی‌شان باشد، نمایانگر دیدگاه و نگرش آنها به کل زندگی است. در حقیقت برای آنها زندگی به مثابه یک کل معنادار نیست(Manshaee, 2013: 1815-1816). اما پرسشی که در اینجا شکل می‌گیرد این است از نظر فرانکل معنای زندگی چیست؟ آیا معنا امری عینی است یا ذهنی و سلیقه‌ای است؟ معنای زندگی مقوله‌ای سکولار بوده یا نسبتی با باورهای دینی دارد؟ در ادامه به تبیین پاسخ فرانکل به این پرسش‌ها می‌پردازیم.

فرانکل معنای ظاهری و معنای عمیق زندگی را از یکدیگر تفکیک کرده و بر معنای عمیق زندگی تاکید می‌کند. از نظر او معنایی که از طریق به دست آوردن شغلی با منزلت اجتماعی بالا یا تایید شدن توسط دیگران حاصل می‌شود معنایی سطحی و ظاهری است(Ulrichova, 2013: 505). فرانکل معتقد است گرچه معنای زندگی هر فرد با توجه به شرایط متفاوت زندگی انسانها با فرد دیگر تفاوت دارد اما معنایی غایی(Ultimate meaning) در زندگی وجود دارد که برای همه انسانها مشترک است(Abrami, 2016: 304-305). این معنای غایی ساختاری مفهومی فراهم می‌کند که از طریق آن بی نظمی و غیرقابل پیش‌بینی بودن زندگی معنادار شده و بر مبنای آن هر حادثه‌ای که در عالم رخ می‌دهد در جهت هدفی مشخص حرکت می‌کند(Wong, 2016: 314). بنابراین از این منظر معنادرمانی توجه ویژه‌ای به هدف و معنای روحانی و متعالی در زندگی دارد و به مراجعان کمک می‌کند تا در کنار معنای فردی، معنای غایی زندگی را نیز بیابند. نگرش دینی آنچنان در معنادرمانی رسوخ کرده که بسیاری از آموزه‌های آن با آموزه‌هایی که در ادیان ترویج می‌شوند مشترک است به همین دلیل برخی معتقدند فرد دینداری که معنای غایی را بر اساس آموزه‌های دین مورد پذیرش خود یافته و از آن راضی است نیازی به معنادرمانی ندارد(Weisskopf, 1958: 198). با توجه به این ملاحظات فرانکل به صراحت سلیقه‌ای و ذهنی بودن معنا را رد کرده و بر این باور است که معنا امری است که باید توسط انسان کشف شود، نه مقوله‌ای که به وسیله او اختراع می‌شود(Frankl, 2014: 48). بنابراین معنای زندگی که مورد نظر فرانکل است ارتباطی عمیق با باورهای دینی و معنوی داشته و امری عینی است و از این منظر وی سکولاریسم در حوزه معنای زندگی را نمی‌پذیرد.

مساله دیگری که ذیل معنای زندگی مطرح می‌شود ارتباط عمیق میان معنا و ارزش از نظر فرانکل است. وی معتقد است تحقق معنای زندگی در گرو توجه به ارزشهاست.

ارزش‌های خلاق(Creative values) اولین قسم ارزشها هستند. این نوع ارزشها زمانی محقق می‌شوند که آدمی کاری خلاقانه و منحصر به فرد انجام می‌دهد(Lantz, 1998: 95). این نوع ارزشها ارتباط عمیقی با کار یا شغل دارند. از نظر اینکه چه شغلی داریم چندان مهم نیست بلکه آنچه مهم است نحوه انجام کار است که باید منحصر به فرد بودن ما را نمایان سازد. دومین نوع ارزشها، ارزشهای تجربه‌ای(Experiential values) است که مربوط به حوزه فرهنگ، هنر و به ویژه تجربه عشق است. ارزشهای نگرشی(Attitudinal values) سومین نوع ارزشها هستند که به نحوه مواجهه و نگرش ما نسبت به شرایط سخت و دردناک زندگی مربوط می‌شوند. گرچه برخی از شرایط سخت زندگی قابل تغییر نیست اما نگرش و نحوه برخورد ما با این شرایط اختیاری است(فرانکل، ۱۳۶۸: ۱۰۶-۱۰۴). از نظر فرانکل زندگی انسان حتی در بدترین موقعیتها و محرومیتها معنادار بوده و این معنا از طریق نگرش صحیح ما به زندگی محقق می‌شود. وی از شرایط زندانیانی یاد می‌کند که در زندانهای نازی‌ها گرفتار بوده و در وضعیت وخیم قرار داشتند اما نوع مواجهه صحیح با این شرایط به زندگی بسیاری از آنها معنا می‌بخشید(همان، ۱۳۹۰: ۱۲۵-۱۲۴). برای تبیین ارزشهای نگرشی می‌توان به وضعیت دو

فردی اشاره کرد که هر دو تصادف کرده و پاهایشان را از دست داده‌اند اما یکی از آنها نگرشی معنادار به زندگی داشته، تلاش می‌کند و قهرمان پارالمپیک می‌شود یا در زمینه خاص تخصص پیدا می‌کند، حال آنکه فرد دیگر منفعلانه اجازه می‌دهد این حادثه زندگی او را نابود کرده و در نهایت افسرده می‌شود.

۲-۲ تکنیک‌های معنادرمانی

در این بخش دو مورد از مهمترین تکنیک‌های معنادرمانی یعنی قصد تناقضی (Paradoxical intention) و اندیشه‌زدایی (De-reflection) را معرفی می‌کنیم.^۵

۲-۲-۱ قصد تناقضی

در این تکنیک درمانی که بیشتر در رابطه با درمان ترس و دلهره کاربرد دارد به مراجع توصیه می‌شود به جای فرار از ترس‌ها با آنها مواجه شود. یکی از مولفه‌های مهم این تکنیک، بکارگیری شوخ طبعی به هنگام مواجهه با ترس است. از طریق مواجهه طنز آمیز با موقعیت ترس، فرد می‌تواند خودش و شرایط را از منظری بیرونی ملاحظه کرده و مقهور موقعیت نشود (همان: ۱۹۹-۱۹۷). مساله دیگری که در قصد تناقضی وجود دارد وجه دینی و معنوی این تکنیک هست. در این تکنیک نوعی اصلاح نگرش نیز وجود دارد که شباهت زیادی با آموزه‌های ادیانی چون بودا دارد که نوعی بی‌توجهی و عدم وابستگی به جهان و در عوض سرسپردگی به حقیقت غایی را توصیه می‌کنند (Clasquin, 1989: 51). به عنوان مثال فردی که وسواس افراطی در خصوص قفل کردن درب‌های منزل دارد می‌تواند به خودش بگوید به فرض که در باز بماند و لشکری از سارقین به خانه بیایند، در نهایت متاع مادی را از دست خواهد، اما اموال مادی یا حتی خود این فرد در برابر کل کائنات و مبداء هستی ذره‌ای بیش نیست پس این ترس افراطی معنادار نخواهد بود (مارشال، ۱۳۹۶: ۱۳۶). فرانکل در کتاب پزشکی و روح بر اثر بخشی تکنیک قصد تناقضی بر روی بیماران که ترس یا وسواس افراطی داشتند تاکید می‌کند و تجربیات موفقیت در این زمینه را بیان می‌کند (فرانکل، ۱۳۶۸: ۳۷۳).

۲-۲-۲ اندیشه‌زدایی

در تکنیک قصد تناقضی به مراجع کمک می‌شود تا با شوخ طبعی با مشکلات خویش مواجه شود، حال آنکه در تکنیک اندیشه بر نادیده گرفتن این مشکلات تاکید می‌شود (همان: ۴۱۱-۴۱۰). از نظر فرانکل این تکنیک عمیقا با از خودفراروی (Self-transcendence) که یکی از مهمترین ظرفیت‌های بعد روحانی انسان است مرتبط است (Frankl, 2014: 71). از نظر او مشکل این است که هر چه بر کمبودها و نقص‌هایمان تمرکز آنها بیشتر بر مسلط می‌شوند و هر چه بیشتر به دنبال لذت فردی برویم بیشتر از دستمان می‌گریزد (Ibid: 29) اما از آنجا که انسان ظرفیتی روحی برای کنترل شرایط روانشناختی را داراست، می‌تواند میان خودش و مشکلاتش فاصله انداخته و از منظری دیگر با آنها مواجه شود (Frankl, 1962: 95). از خودفراروی به معنای تهی کردن خودمان برای ارزشی والا، بی‌توجهی به مسائل و مشکلات شخصی و در نهایت توجه به جهان بیرون است. این امر مستلزم نادیده گرفتن غرایز و لذتها و تلاش در جهان معنای حقیقی زندگی است. این معنا هم از طریق گذشتن از نفع شخصی، توجه به انسانها دیگر و فعالیت‌های نوعدوستانه حاصل می‌شود و هم از راه دنبال کردن معنای غایی (Ultimate meaning) زندگی به دست می‌آید. از نظر فرانکل معنای غایی از طریق شناخت خدا به منزله عامل وحدت بخش عالم محقق می‌شود اما شناخت خدا همواره ابهام آلود و فراتر از تحلیل‌های عقلی است. از نظر او پژوهش‌های فلسفی نقش مهمی در شناخت خداوند به عنوان معنای غایی جهان دارد (Wong, 2016).

313-314). فرانکل معتقد است در مسیر تلاش برای کشف معنا، وجدان انسان که یکی از ظرفیتهای بعد روحانی وجود اوست می‌تواند معنای زندگی بدون واسطه شهود کند. گرچه معنای زندگی فرد در هر لحظه ریشه در معنای غایی و وجدان برین دارد اما چون این معنا برای هر فرد در هر لحظه منحصر به فرد است، تحت قانونی کلی قرار نگرفته و لازم است در هر مورد خواست به نحو شهودی درک شود (Frankl, 2014: 49-50).^۶

۳- بررسی نقش مشاوره فلسفی در معنادرمانی

در این بخش به بررسی نقش و کاربرد مشاوره فلسفی هم در مبانی معنادرمانی و هم در تکنیک‌هایی که توسط این نظریه مورد استفاده قرار می‌گیرند خواهیم پرداخت.

پرسش‌های فلسفی در پیشبرد هر نظریه روان‌درمانی و حتی روان‌پزشکی نقشی محوری دارند. فیلسوفان نوع نگرش و جهان‌بینی کلی انسان به جهان را مورد مذاقه قرار می‌دهند و این مساله در هر نظریه روان‌درمانی مدخلیت دارد. از سوی دیگر مواجهه فلسفی با روان‌درمانی و روان‌پزشکی به ما کمک می‌کند پیش‌فرض‌های بنیادین این نظریات را به چالش کشیده و همواره معیارهای سلامت روان را با مقتضیات اجتماعی، فرهنگی و عقلانی جدید مورد بازنگری قرار دهیم. علاوه بر این، افراد عموماً جهت حل مشکلاتی چون افسردگی، اعتیاد و مشکلات روانی شدید به روان‌درمانگر مراجعه می‌کنند اما پس از حل این مشکلات دغدغه‌های جدیدی برایشان مطرح می‌شود که نسبت مهمی با پرسش‌های فلسفی دارد. در حقیقت پس از رهایی از این مشکلات آنها خودشان را در برابر سایر انسان‌ها مسئول می‌بینند و ضرورت بازسازی نوعی نگرش و جهان‌بینی جدید به زندگی مطرح می‌شود (Hansen, 2014: 32-34). هنگامی که پرسش‌های فلسفی مطرح شده در فرآیند روان‌درمانی عمیق می‌شود ضرورت کاربرد مشاوره فلسفی در فرآیند روان‌درمانی احساس می‌شود، زیرا این فیلسوف است که در زمینه اندیشه‌های فلسفی تخصص داشته و می‌تواند تحلیلی دقیق‌تر و صحیح‌تر از مسائل فلسفی مطرح شده در جریان مشاوره روان‌درمانی ارائه دهد. بنابراین مشاوره فلسفی نه تنها به عنوان مشاوره‌ای مستقل از مشاوره روان‌درمانی مطرح است بلکه در بسیاری از موارد ضرورت همکاری مشاور فلسفی با روان‌درمانگر احساس می‌شود. معنادرمانی نیز به عنوان یکی از نظریات بسیار مهم و در عین حال نوپا در حوزه روان‌درمانی از این قاعده مستثنی نیست، به خصوص اینکه بنیان‌های اصلی این دیدگاه بر مبنای اندیشه‌های فلسفه اگزیستانسیالیسم پی‌ریزی شده و برخی از تکنیک‌های‌هایی که در این نوع مشاوره مطرح می‌شوند با عمق و ظرافت بیشتری در مشاوره فلسفی مورد استفاده قرار می‌گیرند.^۷

۳-۱ کاربرد مشاوره فلسفی در بررسی مبانی معنادرمانی

در این بخش نقش مشاوره فلسفی در تحلیل و بررسی مبانی سه‌گانه معنادرمانی، یعنی اختیار انسان، بعد روحانی او در نهایت معنای زندگی تشریح خواهیم نمود.

۳-۱-۱ مشاوره فلسفی و مساله اختیار انسان

چنانچه گذشت یکی از مهمترین مبانی معنادرمانی مساله پذیرش مساله مختار بودن انسان است که بر مبنای آن مقوله مسئولیت، امکان تغییر شرایط زندگی و در نهایت بازیابی معنایی برای زندگی مطرح می‌شود. مساله مهم این است که فرانکل اختیار را به عنوان پیش‌فرضی بنیادین در معنادرمانی مطرح نموده و دلیل فلسفی متقنی برای آن ارائه نداده است. البته وی برای اثبات اختیار انسان به شواهد تجربی که در زندان‌های نازی‌ها داشته استناد کرده و بر مبنای این شواهد امکان گذر از شرایط سخت توسط انسان را نتیجه‌گیری می‌کند. اما اگر قرار باشد نگرشی

عمیق به مساله اختیار انسان داشته باشیم و چالش فلسفی در این خصوص را مورد مذاقه قرار دهیم، لازم است این شواهد تجربی ذیل یکی از دیدگاههای فلسفی پیرامون بررسی مساله جبر و اختیار قرار گیرند که این مساله نیز فی نفسه حجیت قطعی آنها را تضمین نمی کند، چراکه دیدگاههای رقیب فلسفی نیز در این زمینه وجود دارند. مساله محوری این است که در مواردی مراجع نمی تواند مختار بودن انسان را بدون دلایل قوی بپذیرد و از نظر بسیار از انسانها اتفاقا دلایل قوی تری برای جبر در مقابل اختیار وجود دارد. در چنین مواردی اگر معنادرمانی بخواهد به عنوان یک مکتب درمانی اثربخش وارد عمل شود لازم است با مشاور فلسفی تعامل داشته باشد و در این زمینه از تخصص او استفاده کند، چرا که یکی از مباحث بسیار مهم در تاریخ فلسفه که در مشاوره فلسفی نیز قابل طرح بوده و همواره دلایل له و علیه آن مطرح شده، مساله جبر و اختیار است.

کانت یکی از مهمترین فیلسوفانی است که چالشی بودن مساله جبر و اختیار را مورد توجه قرار داده است. از نظر او مدافعان آزادی انسان بر این باورند که اگر همه چیز را بر پایه جبر علی موجود در جهان مادی بنا کنیم، هیچگاه در سلسله علل مادی به علتی نخستین نمی رسیم که تبیین کننده عمل یا حادثه ای مشخص باشد و دچار نوعی تسلسل می شویم بنابراین لازم است فارغ از علل طبیعی، نوعی آزادی وجود داشته باشد که فی نفسه عامل شکل گیری عمل یا حادثه ای خاص باشد. در مقابل مدافعان جبر علی معتقدند، پذیرش آزادی مستقل از جبر علی طبیعی بدین معناست که نوعی فاعل خودانگیخته وجود دارد که می تواند برخلاف علل طبیعی عمل کند اما از آنجا که نظام علی - معلولی موجود در طبیعت مادی امری قطعی است (که علوم مختلف نیز بر پایه همین قوانین علی شکل می گیرند)، پذیرش اختیار برای فاعل مستقل از زنجیره علی طبیعت معقول و موجه نیست (کانت، ۱۳۹۵: ۴۷۲-۴۷۰). براساس این نوع نگرش جبرگرایانه، جبر علی طبیعی با اختیار انسان سازگار نیست و از جمله مدافعان مهم آن اسپینوزا است که معتقد است انسان همانند سنگی است که چون علت واقعی حرکت خویش را ندانسته و بر این باور است که آزادانه در هوا حرکت می کند. مدافع معاصر این دیدگاه هاسپرز است که تمایلات انسان را معلول حوادث و عوامل طبیعی ناشناخته می داند (تیلور، ۱۳۹۲: ۶۰۹). در مقابل این نگرش جبرگرایانه، نگرش معتدل تری وجود دارد که علرغم رد اختیارگرایی متفکرانی چون افلاطون و دکارت، دیدگاه اسپینوزایی را نیز رد کرده و از سازگاری آزادی انسان با جبر علی سخن می گویند. بر مبنای این نگرش که افرادی چون هابز و هیوم مدافع آن هستند، اعمال انسان از امیال و عواطف او سرچشمه می گیرند و عقل انسان که بر مبنای نگرش دکارتی - افلاطونی مستقل از عواطف و امیال مسیر اعمال را مشخص می کند، صرفا برده عواطف و امیال است (همان: ۵۷۶-۵۷۵). از نظر این متفکران اعمال انسان اختیاری است اما به این معنا که صرفا ریشه در امیال خود او دارد و از این منظر با جبر علی ناسازگار نیست اما اعمال انسان به این معنا اختیاری نیست که بتواند احاطه ای بر امیال و عواطفش داشته و بتواند مسیر آنها را تغییر دهد (همان: ۶۰۴).

به نظر می آید اختیاری که فرانکل برای انسان در نظر می گیرد با دیدگاه آزادی کامل انسان از زنجیره علل طبیعی سازگار است و نه تنها با جبرگرایی مطلق بلکه با جبرگرایی معتدل هیوم هم در تعارض قرار دارد، چرا که او گذر از بعد مادی انسان که صرفا درگیر جبر علی و شرایط ناخواسته زندگی است را امکان پذیر می داند. اما مساله بنیادی این است که به هنگام تردید در موجه بودن این نگرش لازم است بحث فلسفی پیرامون آن مطرح شده و از این منظر تخصص مشاور فلسفی مورد نیاز است.

۳-۱-۲ مشاوره فلسفی و بعد روحانی انسان

یکی از پایه‌های بسیار مهم معنادرمانی، پذیرش بعد روحانی به عنوان یکی از ابعاد وجودی انسان است که نیازهای منحصر به فردی داشته و معنادرمانی کوششی در جهت کمک به پاسخ دادن به این نیازها است. اما فرانکل وجود جوهر یا بعد روحانی در انسان را نیز به عنوان یک پیش‌فرض و اصل موضوعه مطرح نموده، حال آنکه این پیش‌فرض می‌تواند برای بسیاری از انسانهای فرهیخته یا حتی عامی مناقشه برانگیز باشد.

پذیرش وجود جوهر روحانی یا اصطلاحاً نفسانی در انسان به عنوان یکی از دیدگاههایی که در حوزه فلسفه ذهن مطرح است، نیازمند ارائه دلیل بوده و طرفداران این دیدگاه که به آنها ثنویت‌گرا یا دوآلیسم (Dualism) می‌گویند دلایلی را برای دفاع از موضع خود در برابر رقبا مطرح می‌کنند. بر مبنای اندیشه‌های افلاطون و دکارت انسان علاوه بر بعد جسمانی از روح یا نفس برخوردار است که ویژگی‌ها و نیازهایی متفاوت با جسم داشته و امری مجرد و غیرمادی است (رایبسون، ۱۳۹۳: ۱۲۹-۱۲۸). اما از قرن هفدهم و هجدهم به بعد در غرب دیدگاههایی شکل گرفت که نگرشی مادی‌انگارانه به انسان داشتند و تلاش می‌کردند ویژگی‌های به ظاهر روحانی و غیرمادی انسان را نیز بر اساس جسم تبیین کنند.^۸ بر مبنای چنین نظریاتی، انسان صرفاً موجودی جسمانی و چیزی به نام نفس یا روح در او وجود ندارد (پوراسماعیل، ۱۳۹۳: ۲۱). مساله بنیادی این است که این دیدگاهها نیز برای اثبات مواضع دلایل فلسفی مهمی ارائه داده‌اند و اگر قرار است ثنویت‌گرایی یا پذیرش بعد روحانی انسان در کنار بعد جسمانی او موجه باشد لازم است دلایلی متقن برای دفاع از موضع خود ارائه دهد و بتواند این دیدگاههای رقیب را از میدان به در کند. پذیرش بعد روحانی برای انسان در معنادرمانی این نظریه را به ثنویت‌گرایی نزدیک می‌کند و از این منظر در مواردی که مراجع به دنبال دلایلی قوی برای اثبات این بعد از وجود انسان باشد پای فلسفه و مشاوره فلسفی به معنادرمانی باز می‌شود و نیاز به مشاور فلسفی نمایان می‌گردد. در حقیقت در چنین مواردی مشاور فلسفی می‌تواند با استفاده از تخصص خود دلایل مهم دفاع از وجود روح که هم در فلسفه اسلامی و هم در فلسفه غرب مطرح شده را برای مراجع تشریح کند و از این منظر به موجه ساختن مبانی معنادرمانی در نظر مراجع و همچنین اثربخشی تکنیک‌های آن کمک کند.^۹

۳-۱-۳ مشاوره فلسفی و معنای زندگی

در رابطه با مقوله معنای زندگی به عنوان یکی از بنیادی‌ترین مبانی معنادرمانی سه مساله وجود دارد که با توجه به آنها ضرورت بکارگیری مشاوره فلسفی در معنادرمانی قابل طرح است. این سه مساله عبارتند از: مساله وجود خدا، وجود معنایی غایی در زندگی و مطلق بودن (غیرنسبی بودن) ارزشها و احکام اخلاقی. فرانکل این سه مساله را نیز به منزله پیش‌فرضهایی در مبحث معنای زندگی در نظر می‌گیرد و فرضیات مقابل آنها که اتفاقاً در مواردی دلایلی قوی برای دفاع از موضع خود ارائه می‌دهند را مورد ملاحظه قرار نمی‌دهد. به نظر می‌آید پرداختن به این مسائل از منظری عمیق‌تر و مستدل ساختن آنها وظیفه‌ای است که باید مشاور فلسفی عهده دار آن باشد. در این بخش هر یک از این مسائل سه گانه را مورد بررسی قرار می‌دهیم.

در معنادرمانی وجود خدا به عنوان اصلی موضوعه پذیرفته شده و دلیلی منطقی برای اثبات آن ارائه نمی‌شود، حال آنکه بسیاری از انسانها همواره شک و تردیدهایی در این باره داشته و لازم است برای آنها دلایلی متقن در جهت اثبات وجود خدا ارائه شود. چنانچه باور به وجود خدا از معنادرمانی حذف شود، یکی از ستونهای مهم این مکتب درمانی فرو می‌ریزد و با توجه به اینکه مشاور فلسفی در زمینه فلسفه تخصص دارد لازم است در مواردی

که مراجع به دنبال دلایل فلسفی قوی برای اثبات وجود خداست، مشاور فلسفی به کمک معنادرمانگر بیاید و او در فرآیند درمان یاری دهد.

ممکن است این مساله مطرح شود که معنادرمانگر نیز می‌تواند با مطالعه کلیاتی در باب ادله اثبات وجود خدا که در منابع مرتبط با فلسفه دین مطرح است پاسخگوی نیاز مراجع خود باشد، اما باید توجه داشته باشیم تخصص آکادمیک در یک رشته با مطالعه کلیاتی درباره آن تفاوت بنیادینی دارد و هیچگاه یک معنادرمانگری که مطالعاتی در باب براهین اثبات وجود خدا دارد به اندازه مشاور فلسفی که در حوزه فلسفه دین متخصص است نمی‌تواند در این زمینه به مراجع کمک کند. البته ممکن است برای بسیاری از مراجعان مطالعات کلی معنادرمانگر در باب ادله اثبات وجود خدا کفایت کرده و پاسخگوی نیاز آنها باشد، اما با توجه به تفاوت بنیادی انسانها در ضریب هوشی و همچنین دغدغه‌های فلسفی قطعا این مساله در مورد همه آنها صدق نمی‌کند. چالشهای فلسفی‌ای که در رابطه با اثبات وجود خدا برای انسان به وجود می‌آید گاه آنچنان پیچیده می‌شود که یک استاد فلسفه یا مشاور فلسفی که در زمینه فلسفه تخصص داشته و بخش زیادی از زندگی خود را صرف مطالعه این مباحث کرده به سختی از عهده پاسخگویی به آنها برمی‌آید (بخصوص اگر فردی که دچار چالش فلسفی در باب اثبات وجود خدا شده از هوش فلسفی بالایی برخوردار بوده و قدرت تحلیل زیادی داشته باشد)، بنابراین به احتمال زیاد در چنین شرایطی معنادرمانگر در پیشبرد اهداف درمانی خود دچار مشکل شده و ضروری است که از مشاور فلسفی یاری بطلبد.

پیش فرض مهم دیگر فرانکل در مبحث معنای زندگی، قائل بودن به معنایی غایی برای زندگی بوده که از نظر او خداوند ضامن آن است. بر مبنای معنادرمانی، رنجها و مشکلات زندگی انسان نیز اگر از منظر سرمدی و الهی و با توجه به غایت‌مندی زندگی نگریسته شوند و به منزله پرسشهایی در نظر گرفته شوند که هستی در برابر ما قرار داده که در نهایت به رشد تعالی خودما کمک می‌کنند، کاملا موجه و قابل پذیرش خواهند بود. این نوع نگرشی نوعی خوش‌بینی کیهان‌شناختی است که در بیشتر ادیان الهی مفروض است و بر مبنای خیر محض بودن و حکیم بودن پروردگار شکل گرفته است. اما مساله این است که از نظر بسیاری از انسانها با وجود رنجها و شرور بزرگی که در جهان وجود دارد نمی‌توان چنین نگرش مثبت و غایت‌مداری را نسبت به عالم را پذیرفت. با وجود اینکه فرانکل وجود معنای غایی در جهان و خیر محض بودن خداوند را به عنوان پیش‌فرضی بنیادی در نظر می‌گیرد، این مساله یکی از چالشهای مهم فلسفه دین است که بررسی آن متضمن مذاقه فلسفی بوده و از عهده مشاور فلسفی برمی‌آید.

بسیاری از فیلسوفان ملحد با استناد به مساله وجود شر و رنج در عالم، وجود خدا یا خیر محض بودن او را زیرسوال می‌برند. از نظر متفکرانی چون جان مکی (John Mackie)، پذیرش وجود خدایی که خیر محض، عالم مطلق و قادر مطلق است با وجود شرور در جهان سازگار نیست چرا که وجود این شرور نمایانگر این است که یا خداوند علم و قدرت کافی برای جلوگیری از شر را ندارد یا اینکه هستی او خیر محض نیست و درجه‌ای از شرارت در ذات الهی موجود است (پترسون، ۱۳۹۳: ۱۷۹-۱۷۸). فرانکل تلاش می‌کند مساله وجود رنج در عالم را بر این مبنای که شرور و رنجها پیش‌شرط اساسی رشد و تعالی انسان هستند پاسخ دهد. پاسخ وی تا حد زیادی به پاسخ جان هیک (John Hick) و ریچارد سویین برن (Richard Swinburne) دو تن از مهمترین فیلسوفان دین که معتقدند شر و رنج مقدمه خیر و شرط بنیادی رشد و کمال معرفتی انسان است شباهت دارد (دیویس، ۱۳۹۵: ۸۱-۸۲). اما این پاسخ در معرض مناقشه فلسفی است و از سوی افرادی چون دی. زد. فیلیپس (D.Z. Phillips) مورد انتقاد قرار گرفته است. از نظر فیلیپس چگونه می‌توان پذیرفت خدایی که خیر محض یک کودک یا نوجوان را به بیماری دردناکی چون سرطان مبتلا کند تا زمینه کمال او را فراهم کند؟ آیا موجه‌تر نیست که اگر خدا خیر

محض است از ابزار دیگری برای این کار بهره گیرد؟ آیا در توان خداوند نیست که این عمل را با روشی دیگر انجام دهد؟ (همان: ۸۶). در اینجا لازم است تا سایر پاسخها به مساله شر و وجود معنای غایی در عالم که در فلسفه دین مطرح شده‌اند مورد بررسی قرار گیرند که این مساله با توجه به اینکه مشاور فلسفی در این زمینه تخصص دارد، ضرورت بکارگیری مشاوره فلسفی در فرآیند معنادرمانی را به هنگام بروز چنین چالشی مشخص می‌کند. آخرین مساله‌ای که ذیل مقوله معنای زندگی در معنادرمانی مطرح می‌شود و بر مبنای آن می‌توان ضرورت بکارگیری مشاوره فلسفی در معنادرمانی را مشخص کرد، مساله پذیرش مطلق بودن ارزشها و احکام اخلاقی در این مکتب درمانی است. همانطور که بیان شد از نظر فرانکل معنای زندگی امری عینی است و با توجه به اینکه این معنا از طریق تحقق ارزشها محقق می‌شود می‌توان گفت ارزشها نیز عینی هستند. در میان ارزشهای سه گانه‌ای که او مورد ملاحظه قرار می‌دهد، ارزشهای نگرشی بیش از سایر ارزشها با اخلاق مرتبط است چراکه فرانکل ذیل این ارزشها مقولاتی چون فداکاری، کمک به دیگران و عدالت را مطرح می‌کند. وی در آثار خود به گونه‌ای از ارزشهای اخلاقی سخن می‌گوید که گویا مطلق و غیر نسبی بودن آنها را به عنوان پیش‌فرض پذیرفته است، حال آنکه مطلق یا نسبی بودن ارزشهای اخلاقی یکی از مباحث مهم و در عین حال چالش برانگیز فلسفه اخلاق است.

بسیاری از انسانها معتقدند ارزشها و احکام اخلاقی نسبی بوده و وابسته به فرهنگ یا تمایلات و سلیق شخصی افراد هستند. این دیدگاه که معیار درستی احکام اخلاقی را فرهنگ جامعه یا سلیق فردی می‌داند نسبی‌گرایی اخلاقی (Moral relativism) نام دارد (Kellenberger, 2008: 4, 9). بسیاری از منتقدان عینی بودن ارزشهای اخلاقی از طریق استناد به اختلاف نظر بنیادین میان احکام اخلاقی افراد و فرهنگهای گوناگون به نقد عینی بودن این ارزشها می‌پردازند، زیرا از نظر آنها در جایی که واقعیتی عینی و مطلق وجود دارد انتظار داریم نوعی همگرایی میان باورها وجود داشته باشد اما در حوزه اخلاق چنین چیزی وجود ندارد (مک ناونتن، ۱۳۸۶: ۲۳۶-۲۳۵)

کاملاً محتمل چنین چالشی برای یک مراجع به وجود بیاید و عینیت‌گرایی اخلاقی معنادرمانی را مورد انتقاد قرار دهد. در چنین شرایطی لازم است مشاوره فلسفی در فرآیند درمان مداخله کرده و با استفاده از دلایل فلسفی از عینی بودن ارزشهای اخلاقی دفاع کند و همچنین کاستی‌های نسبی‌گرایی اخلاقی را نمایان سازد. به عنوان نمونه در رابطه با چالشی که مطرح شد بسیار از مدافعان عینی بودن ارزشهای اخلاقی، اختلاف نظر انسانها در رابطه با ارزشها را به مسائل فرهنگی باز می‌گردانند و با تبیین دقیقی که ارائه می‌دهند مرز بین فرهنگ و ارزشهای اخلاقی را مشخص کرده و نشان می‌دهند که اختلاف اصلی در خود ارزشهای بنیادین افراد و جوامع مختلف نیست بلکه این اختلاف یا به اختلافات فرهنگی و مرتبط با آداب و یا به نحوه پیاده‌سازی احکام اخلاقی و بروز و ظهور ارزشهای اخلاقی در رفتار فرد و جامعه باز می‌گردد. علاوه بر این اشکالات فلسفی متعددی به نسبی‌گرایی اخلاقی وارد است که می‌تواند نقش مهمی در تضعیف این موضع اخلاقی داشته باشد. به هر حال مساله عینی یا نسبی بودن ارزشها و احکام اخلاقی یکی از مسائل بنیادی و تخصصی فلسفه اخلاق است که بررسی و پاسخ دادن به چالشهایی که ضمن آن مطرح می‌شود در توان مشاوره فلسفی است و برهمین اساس به هنگام جدی شدن این مساله برای مراجع در روند معنادرمانی لازم است مشاور فلسفی با معنادرمانگر تعامل و همکاری داشته باشد.

۲-۳ کاربرد مشاوره فلسفی در تکنیک‌های معنادرمانی

در این قسمت کاربرد مشاوره فلسفی در سه تکنیک قصد تناقضی، اندیشه‌زدایی و گفتگوی سقراطی را بررسی خواهیم. از میان این سه تکنیک، تکنیک گفتگوی سقراطی با همین نام هم در معنادرمانی و هم در مشاوره فلسفی وجود دارد و بر همین مبنا پرداختن به آن حائز اهمیت است.

۱-۲-۳ مشاوره فلسفی و قصد تناقضی

همانطور که بیان گردید در تکنیک قصد تناقضی مساله اصلاح نگرش در کنار مواجهه شوخ طبعانه با مشکلات محوریت دارد. اینکه فردی بتواند خودش را ذره‌ای کوچک در عالم هستی ببیند و خود را با کل کائنات مقایسه کند، به او کمک خواهد کرد تا از دلمشغولی‌ها و نگرانی‌های فردی‌اش جدا شود. اما این اصلاح نگرش مستلزم تغییری بنیادی در جهان‌بینی فرد و نگرش کلی او نسبت به زندگی است. چنانچه گذشت مساله تغییر جهان‌بینی مراجع، مهمترین مساله در مشاوره فلسفی است و اصلی‌ترین کار مشاور فلسفی این است که نظرگاه کلی مراجع را نسبت به انسان، جهان و خداوند اصلاح کرده و در مسیری معقول قرار دهد. فردی می‌تواند با دزدیده شدن اتوموبیل خود با شوخ طبعی برخورد کند که از قبل نگرش خود نسبت به خویش، جهان و خداوند را تغییر داده و به لحاظ فکری در مسیری قرار گرفته که متاع دنیوی برایش کم ارزش یا بی ارزش شده است. قطعاً این نوع نگرش همانطور که فراتکل هم بر آن تاکید دارد با نوعی معنویت و باور دینی ارتباطی تگاتنگ دارد، اما مساله این است که بسیاری از انسانها برای پذیرش باورهای دینی نیازمند دلایلی فلسفی و متقن هستند.

البته خود فرانکل هم در معنادرمانی بر این تاکید می‌کند که درک دقیق‌تر و کافی‌تر معنای غایی و خداوند مستلزم پژوهش فلسفی در این زمینه است (Wong, 2016: 313). بنابراین وقتی مراجعی از معنادرمانگر سوال می‌کند چرا نباید دزدیده شدن اتوموبیلش یا از دست دادن شغلش او را منجر کند؟ ممکن است معنادرمانگر به معنای غایی زندگی، محوریت خدا در زندگی و اصالت حیات اخروی استناد کند و فرد را به سمت نوعی نگرش عرفانی و دینی سوق دهد، اما درست زمانی که مراجع تمامی این باورها را از منظری عقلانی و برون دینی مورد انتقاد قرار می‌دهد لزوم ورود مشاور فلسفی به فرآیند درمان احساس می‌شود. اگر برای مراجعی اصل وجود خدا یا معاد مساله شود نمی‌تواند نگرشی عرفانی و دینی با مشکلات داشته باشد و در نتیجه نمی‌تواند آنچه‌انکه معنادرمانی در تکنیک قصد تناقضی به دنبال آن است شوخ طبعانه با مساله مواجه شود. اما وقتی مشاور فلسفی دلایل فلسفی عمیق به نفع وجود خدا و جهان آخرت را برای مراجع مطرح نمود و توانست نگرش کلی او را نسبت به زندگی تغییر دهد، شرایط بغرنج زندگی تاثیر منفی کمتری بر روی فرد خواهند داشت.

۲-۲-۳ مشاوره فلسفی و اندیشه‌زدایی

همانطور که بیان گردید مهمترین مساله در تکنیک اندیشه‌زدایی، از خودفراروی است و از خودفراروی مستلزم کم توجهی به غرایز و نیازهای جسمی، گذشتن از نفع شخصی بخاطر دیگران و در نهایت توجه به معنای غایی زندگی است. تمامی پیش‌فرض‌های از خودفراروی از منظر فلسفی مناقشه برانگیز بوده و ممکن است چالش‌های فلسفه اخلاقی مهمی را در ذهن مراجع ایجاد کند. اینکه چرا به لحاظ نظری باید کم توجهی به بعد جسمانی و لذت مادی را بپذیریم و بر چه مبنایی باید از نفع شخصی خودمان بخاطر دیگران گذر کنیم، پرسشهایی بنیادی هستند که تحلیل و بررسی آنها در فلسفه اخلاق انجام می‌شود. البته فرانکل نمونه‌هایی استقرایی را مطرح می‌کند که در آنها کم توجهی به لذت مادی و گذشتن از نفع شخصی بخاطر دیگران مشکلات مراجعان را برطرف نموده اما تا

زمانی که دلایلی عقلی و نظری به نفع غیر موجه بودن توجه افراطی به لذت مادی و تمرکز صرف بر نیازهای خود ارائه نشود می‌توان با ارائه نمونه‌های مطالعاتی، می‌توان پیش‌فرض فرانکل را رد نمود. پیش از پرداختن به چگونگی ارتباط پیش‌فرض‌های از خودفراروی با فلسفه اخلاق و تبیین ضرورت بکارگیری مشاوره فلسفی در تکنیک اندیشه‌زدایی بر این اساس، لازم است به اهمیت فلسفی درک مفهوم خود به لحاظ فلسفی اشاره شود. مفهوم خود (Self) در مشاوره فلسفی مفهومی بنیادی است و درکی که مراجع از این مفهوم دارد نوع رابطه او با دیگران را مشخص نموده و به فرآیند درمان کمک می‌کند (Lahav, 1993: 246-247). بر همین اساس است که در این نوع مشاوره به مراجع کمک می‌شود که درباره درکی که از خود دارد تامل کرده و در نهایت به فهمی جدید و کامل‌تر از خودش دست یابد (Lahav, 1996: 262). از منظر مشاوره فلسفی این فهم تازه از خود صرفاً از طریق نوعی تعالی و از خودفراروی امکان‌پذیر است. به عبارت دیگر این مساله زمانی اتفاق می‌افتد که تغییری بنیادین در جهان‌بینی او و درکی که از جایگاه خود در جهان آفرینش دارد حاصل شود (Lahav, 2013: 82). در حقیقت زمانی انسان می‌تواند به درکی کامل‌تر از خودش دست یابد که درکی دقیق از خدا، جهان، کمال و غایت خود در نظام هستی داشته باشد و دست یابی به چنین درکی از طریق مشاوره فلسفی امکان‌پذیر است. گرچه مساله از خودفراروی و توجه به خود در اندیشه‌زدایی هم مطرح است، اما با توجه به اینکه دست یابی به فهم درست از خود عمیقاً با جهان‌بینی مراجع در ارتباط بوده و در مواردی معنادرمانگر نمی‌تواند تمامی مسائل مرتبط با جهان‌بینی او را پاسخ دهد لازم است در مواقع ضرورت، مشاور فلسفی در فرآیند اندیشه‌زدایی به معنادرمانگر کمک کند.

مساله دیگر کم توجهی به لذت مادی که در از خودفراروی مورد تاکید فرانکل است، اما وی برای اثبات آن بیشتر به نمونه‌های استقرایی استناد کرده و کمتر مساله را از منظری فلسفی مورد بررسی قرار می‌دهد، حال آنکه هم در فلسفه اسلامی و هم در فلسفه غرب دلایل متعددی علیه محوریت لذت حسی و مادی در زندگی وجود دارد. به عنوان نمونه بسیاری از فیلسوفان برای رد نسبت ضروری میان لذت حسی و خوشبختی به دلایلی چون ناپایداری لذت حسی، غیر ذاتی بودن و عدم خلوص آن استناد می‌کنند.

گذشتن از نفع شخصی برای دیگران نیز ممکن است برای هر مراجعی غیر موجه باشد. آین رند (Ayn Rand) یکی از مهمترین منتقدان دیگرگرایی در اخلاق، گذشتن از نفع شخصی بخاطر دیگران در شرایطی که در دراز مدت نیز برای ما سودی ندارد را رد کرده و نقدهایی بنیادین بر دیگرگرایی وارد می‌کند.^{۱۰} از سوی دیگر اینکه در اخلاق صرفاً دنبال نفع شخصی باشیم و نگرشی ابزاری به سایر انسانها داشته باشیم نیز مورد انتقاد بسیاری از فیلسوفان اخلاق بوده و دلایل متعددی علیه آن مطرح کرده اند. بنابراین هنگامی که از خودفراروی و مساله چگونگی خود با دیگری برای مراجع چالش برانگیز می‌شود لازم است مشاور فلسفی در فرآیند معنادرمانی مداخله کرده و به پیشبرد اهداف تکنیک اندیشه‌زدایی کمک کند.

یکی از فیلسوفانی که مساله ارتباط خود با دیگری را به خوبی مورد بررسی قرار داده و توجه به نگرش او می‌تواند در حل چالشهای مساله از خودفراروی کارآمد باشد، مارتین بوهر (Martin Buber) است. خلاصه دیدگاه او این است که در ارتباط با دیگری باید از جهان ذهنی خود به جهان ذهنی دیگری کوچ کنیم تا بتوانیم دیگری را بفهمیم، اما در این فرآیند خود را گم نمی‌کنیم و از دست نمی‌دهیم بلکه به خودی غنی‌تر دست می‌یابیم (Schuster, 1991: 221). بوهر معتقد است پیش از ارتباط با دیگری نباید به تحلیل عقلانی ساختارهای ذهنی و نظام فکری او پردازیم بلکه باید تلاش کنیم تا به نحو پدیدارشناسانه با جهان او مواجه شده و زندگی را از زاویه دید دیگری بنگریم (Tillmanns, 2013: 134-135). در واقع صرفاً در چنین حالتی است که هم

ارزش و منزلت خود فردی انسان حفظ می‌شود و هم کرامت انسانی دیگری مورد توجه قرار می‌گیرد و در نهایت تعامل خود با دیگری هم به تعالی خود و هم به تعالی دیگری کمک می‌کند، چراکه مواجهه با جهانهای ذهنی جدید به ارتقای جهان ذهنی خودمان منجر می‌شود.

در معادرمانی نیز همانند مشاوره فلسفی از تکنیک گفتگوی سقراطی استفاده می‌شود. با وجود اینکه معادرمانگران، درمانگر بودن سقراط را نمی‌پذیرند اما بر این باورند از طریق دیالوگ سقراطی می‌توان به مراجع کمک کرد تا معنای زندگی خود را بیابد (Leontiev, 2016: 284-285). گرچه این تکنیک به عنوان تکنیکی مستقل در مقایسه با تکنیک‌های قصد تناقضی و اندیشه‌زدایی فرعی‌تر به حساب می‌آید و به همین دلیل تحت عنوانی مستقل به آن نپرداختیم، اما به نظر می‌آید بنیان روش معادرمانی بر پایه آن استوار است، زیرا از منظر تفکر سقراطی، معنا و حقیقتی نهایی در زندگی وجود دارد که از طریق دیالوگ می‌توان به آن نزدیک شد و هر انسانی توانایی مواجهه با این حقیقت را دارد. از سوی دیگر از آنجا که این تکنیک اولاً و بالذات تکنیک مشاوره فلسفی بوده و از نگرشی فلسفی برآمده است، به نظر می‌آید مشاوره فلسفی با توجه به تخصص در مباحث فلسفی در مقایسه با معادرمانگر در بکارگیری آن ماهرتر باشد و از این منظر در شرایطی که در فرآیند معادرمانی استفاده از تکنیک گفتگوی سقراطی محوریت دارد، مشاور فلسفی می‌تواند به معادرمانگر کمک کند.

نتیجه‌گیری

در این پژوهش تلاش کردیم تا به تبیین کاربرد مشاوره فلسفی در مبانی و روشهای معادرمانی بپردازیم. در معادرمانی پیش‌فرض‌هایی چون مختار و مسئول بودن انسان، وجود بعد روحانی در انسان، وجود خدا و معنای غایی در زندگی وجود دارد که برهان فلسفی جدی برای آنها ارائه نشده، حال آنکه تمامی این پیش‌فرض‌ها از منظر فلسفی مناقشه برانگیز بوده و ممکن است ذهن هر مراجعی را با چالش مواجه کند، بنابراین بررسی تخصصی این چالشها در پاره‌ای موارد بر عهده مشاور فلسفی است. از طرف دیگر از آنجا که در تکنیک‌های معادرمانی نیز مساله اصلاح جهان بینی و تغییر نگرش کلی مراجع به زندگی و همچنین چالش‌های فلسفه اخلاقی محوریت دارد و در برخی موارد تحلیل دقیق این جهان بینی متضمن تسلط بر فلسفه و مباحث فلسفی است، ورود مشاور فلسفی در فرآیند معادرمانی ضرورت می‌یابد.

امروزه روان‌درمانگران برای درمان بیماران خود از روشهای گوناگونی استفاده می‌کنند، چراکه تا حد زیادی مشکل و شخصیت مراجع نوع روش درمانی را مشخص می‌کند و از این منظر لازم است یک روان‌درمانگر با بیشتر روشهای درمانی آشنایی داشته باشد. اما از آنجا که معادرمانی صرفاً یکی از روشهای درمانی است و به شدت از فلسفه متأثر است و روان‌درمانگر صرفاً در حیطه اطلاعات خود از مباحث فلسفی می‌تواند با استفاده از معادرمانی به مراجع کمک کند، در مواردی که این چالشهای فلسفی عمیق‌تر می‌شوند به کمک مشاور فلسفی متخصص در مباحث فلسفی در فرآیند درمان نیازمند است.

آخرین یافته این پژوهش این است که انتظار ما از مشاوره فلسفی در دو سطح است. سطح اول مربوط به وضعیتی است که مشاوره فلسفی به منزله نوع مستقلی از مشاوره به غنی‌تر شدن زندگی و وسعت جهان بینی افرادی کمک می‌کند که مشکل روحی و روانی خاصی نداشته، اما در پی دست یابی به مرتبه‌ای عالی‌تر از سلامت روان هستند. اما ورود به سطح دوم مشاوره فلسفی زمانی است که روان‌درمانی به مشاوره فلسفی نیاز دارد و در چنین شرایطی مشاوره فلسفی به عنوان حرفه‌ای یاورانه در خدمت درمان اختلالات روانی و مشکلات حاد روحی قرار گرفته و به روان‌درمانگر کمک می‌کند. با توجه به مطالبی که در بخش اول مقاله بیان گردید به نظر می‌آید

این نوع مشاوره در راستای اهداف درمانی می‌تواند بیشترین یاری را به معنادرمانی، مکاتب درمانی شناختی و درمان‌های وجودی برساند و از این منظر در سطح درمانی، نوعی مشاوره تعاملی است.

پی‌نوشت‌ها

- ^۱ به مقدمه کتاب *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy* اثر الیوت کوهن مراجعه شود.
- ^۲ از میان نظریات روان‌درمانی که بر اساس مدل پزشکی شکل گرفته و عمل می‌کنند می‌توان به رفتارگرایی اشاره کرد که انسان را صرفاً موجودی جسمانی لحاظ کرده و عموماً در فرآیند درمان مراجع از روش شرطی‌سازی استفاده می‌کند. در این نوع نظریات مساله معنای زندگی، نگرش کلی مراجع نسبت به زندگی یا معنای زندگی محوریت ندارد. برای مطالعه بیشتر به کتاب نظریه‌های روان‌درمانی اثر پروچاسکا و نورکراس (بخش تبیین رفتارگرایی) مراجعه شود.
- ^۳ در درمان‌های انسان‌گرا که معنادرمانی، درمان فرد محور کارل راجرز و درمان‌های وجودی زیر مجموعه‌های آن هستند نیز همانند مشاوره فلسفی بر آزادی، مرجعیت و مسئولیت مراجع تأکید شده و جهان‌بینی و نوع نگرش کلی مراجع نسبت به زندگی مورد ملاحظه قرار می‌گیرد. در معنادرمانی و درمان‌های وجودی بطور خاص بر آزادی و مسئولیت انسان به منزله وجه تمایز او از سایر موجودات تأکید شده و به نقش مهم بازیابی معنای زندگی در درمان مشکلات روحی و روانی تأکید می‌شود. برای مطالعه بیشتر به کتاب روان‌درمانی اگزیستانسیال، اثر اروین یالوم و کتاب انسان در جستجوی معنا، اثر ویکتور فرانکل مراجعه شود.
- ^۴ تکنیک گفتگوی سقراطی در معنادرمانی هم مورد استفاده قرار می‌گیرد که در بخش کاربرد مشاوره فلسفی در معنادرمانی به تفاوت این تکنیک در مشاوره فلسفی و معنادرمانی خواهیم پرداخت.
- ^۵ البته تکنیک گفتگوی سقراطی نیز یکی از تکنیک‌های مهم در معنادرمانی است اما با توجه به شباهت این تکنیک با تکنیک گفتگوی سقراطی در مشاوره فلسفی، آن را در بخش سوم مقاله یعنی در بخش کاربرد مشاوره فلسفی در معنادرمانی بررسی می‌کنیم.
- ^۶ مساله شهود معنا توسط وجدان، یکی از مسائل چالش برانگیز در معنادرمانی و یکی از دلایل مهم ورود مشاوره فلسفی به معنادرمانی است.
- ^۷ تکنیک گفتگوی سقراطی یکی از این تکنیک‌هاست. ضمن اینکه مساله از خودفراروی نیز هم در معنادرمانی و هم در مشاوره فلسفی مطرح بوده و محوریت دارد.
- ^۸ این دیدگاه‌ها که در فلسفه ذهن به دیدگاه‌های فیزیکالیستی مشهورند انواع مختلفی دارند که مهمترین آنها عبارتند از: رفتارگرایی، نظریه این‌همانی، کارکردگرایی و حذف‌گرایی. در کنار تفاوت‌های مهمی که این نظریات با یکدیگر دارند در این مساله که وجود جوهر روحانی در انسان را انکار کرده و تلاش می‌کنند امور معنوی و روحانی را بر اساس امور جسمانی تبیین کنند مشترک هستند.
- ^۹ به عنوان مثال در عالم اسلام می‌توان به ادله مهم ابن سینا، ملاصدرا و ابن مسکویه برای اثبات وجود نفس اشاره نمود. در جهان غرب نیز اندیشمندانی چون افلاطون و دکارت ادله مهمی برای دفاع از وجود نفس یا روح در انسان ارائه نموده اند. برای مطالعه این دلایل و دلایل سایر اندیشمندان مدافع ثنویت‌گرایی به کتاب نظریه‌های دوگانه انگاری و ثنویت‌گرایی در فلسفه ذهن که توسط نشر پژوهشگاه علوم و فرهنگ اسلامی منتشر شده مراجعه شود.
- ^{۱۰} وی در آثار مختلف خود دیگرگرایی را مورد انتقاد قرار می‌دهد، اما مهمترین اثر او در رابطه با دفاع از خودگرایی اخلاقی و نقد دیگرگرایی کتاب *The Virtue of Selfishness* است.

References

- Abrami, Leo Michel (2016) "The Importance of Meaning in Positive Psychology and Logotherapy", *Logotherapy and Existential Analysis*, New York: Springer.
- Amir, Lydia B. (2013) "Three Questionable Assumption of Philosophical Counseling", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.
- Blass, Rachel B. (1996) "The Person in Philosophical Counseling, and Psychotherapy and the Possibility of Interchange between the Fields", *Journal of Applied Philosophy*, Vol. 13(3): 279-296
- Chohen, Elliot D. & Zzinaich, Samuel (2013) *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.

- Clasquin, M. (1989) "Paradoxical Intention and Zen New Light on an old Technique?", *Journal for Study of Religion*, Vol. 2(2): 49-58
- Cohen, Elliot D. (2013) "Logic-Based Therapy and Its Virtues", *Philosophy, Counseling and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.
- Crumbaugh, James C. (1971) "Frankl's Logotherapy: A New Orientation in Counseling", *Journal of Religion and Health*, Vol. 10(4): 373-388
- Davies, Brian (2016) *An Introduction to the Philosophy of Religion*, trans. Saberingafabadi Malihe, Tehran: Samt Published. (in Persian)
- Dickson, Charles (1975) "Logotherapy as a Pastoral Tool", *Journal of Religion and Health*, Vol. 14(3): 207-213
- Frankl, Viktor (2014) *The Will to Meaning*, New York: A Plume Book.
- Frankl, Viktor (1989) *Doctor and the Soul*, trans. Farokh Seifbehzad, Tehran: Vois Published. (in Persian)
- Frankl, Viktor (2011) *Man's search for meaning: an introduction to Logotherapy*, trans. Mihan Milani and Nehzat Salehiyan, Tehran: Dorsa Published. (in Persian)
- Hamidi, Eftekhar, Manshaee, Gholamreza, Dokhanheefard (2013) "The Impact of Logotherapy on Marital Satisfaction", *Social and Behavioral Sciences*, Vol. 84: 1815-1819. (in Persian)
- Hansen, James T. (2014) *Philosophical Issues in Counseling and Psychotherapy*, New York: Rowman and Littlefield.
- Johnson, Paul E. (1968) "The Challenge of Logotherapy", *Journal of Religion and Health*, Vol. 7(2): 122-130
- Jopling, David A. (1996) "Philosophical Counseling, Truth and Self-Interpretation", *Journal of Applied Philosophy*, Vol. 3: 297-310
- Kant, Immanuel (2015) *Critique of Pure Reason*, trans. Behrooz Nazari, Tehran: Ghoghnoos Published. (in Persian)
- Kellenberger, J. (2008) *Moral Relativism*, America: Rowman.
- Lahav, Ran (2013) "Philosophical Counseling and Self-Transformation", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.
- Lahav, Ran (1993) "Using Analytic Philosophy in Philosophical Counseling", *Journal of Applied Philosophy*, Vol. 10(2): 243-251.
- Lahav, Ran (1996) "What is Philosophical in Philosophical Counseling", *Journal of Applied Philosophy*, 13(3): 259-278.
- Lantz, Jim, (1998) "Viktor Frankl and Interactional Group Therapy", *Journal of Religion and Health*, Vol. 37(2): 93-104.
- Leontiev, Dmitry (2016) "Logotherapy beyond Psychotherapy: Dealing with the Spiritual Dimension", *Logotherapy and Existential Analysis*, New York: Springer.
- Marica, Mircea Adrian (2015) "Philosophical Assumptions of Psychotherapeutic Paradigms", *Social and Behavioral Sciences*, Vol. 180: 383-388
- Marshal, Maria (2017) *Logotherapy Revisited: Review of the Tenets of Viktor E. Frankl's Logotherapy*, trans. Rahim Rabet, Tehran: Roshd Published. (in Persian)
- Martin, Mike W. (2006) *From Morality to Mental Health: Virtue and Vice in a Therapeutic Culture*, New York: Oxford University.
- McNaughton, David (2007) *Moral Vision: An introduction to Ethics*, trans. Mahmood Fathali, Qom: Emam Khomeini Establishment Published. (in Persian)
- Mills, Jon (2013) "Philosophical Counseling as Psychotherapy", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.

- Mladin, Jonut (2014) "Therapeutic resorts of Philosophy", *Social and Behavioral Sciences*, Vol. 163: 193-198
- Padin, Roger (2013) "Defining Philosophical Counseling", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.
- Peterson, Michael (2014) Reason and Religious Belief an Introduction to the Philosophy of Religion, trans. Ahmad Naraghi and Ebrahim Soltani, Tehran: Tarh-e No Published. (in Persian)
- Pooresmael, Yaser (2014) *Nazariyahaye Doganehengari va Raftargerayi dar Falsafeye Zeh, (Theory of Dualism and Behaviourism in the Philosophy of Mind)*, Qom: Islamic Sciences and Culture Academy. (in Persian)
- Prochaska, James O. & Norcross, John C. (2016) *Systems of Psychotherapy: A Transtheoretical Analysis*. Trans. Yahya Seyyed Mohammadi, Tehran: Ravan Published. (in Persian)
- Raabe, Peter B. (2019) Philosophical Counseling: Theory and Practice, trans. Ali Alaviniya, Tehran: Fararavan Published. (in Persian)
- Raabe, Peter B. (2013) "Happiness Pills: Philosophy versus the Chemical Solution", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.
- Robinson, Howard (2014) "Dualism", *Stanford Encyclopedia of Philosophy, Theory of Dualism and Behaviourism in the Philosophy of Mind*, trans. Bizhan Mansoori, Tehran: Islamic Sciences and Culture Academy. (in Persian)
- Schuster, Shlomit C. (1991) "Philosophical Counseling", *Journal of Applied Philosophy*, 8(2): 219-223
- Taylor, James Stacey (2013) "The Central Value of Philosophical Counseling", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.
- Taylor, Richard (2013) "Determinism", *Encyclopedia of Philosophy: Ethics, Edwards, Paul*, trans. Enshaalah Rahmati, Tehran: Soofiya Published. (in Persian)
- Tillmanns, Maria da Venza, "Philosophical Counseling: Understanding the Unique Self and Other through Dialogic Approach", *Philosophy, Counseling, and Psychotherapy*, UK: Cambridge Scholar.
- Ulrichova, Monika (2012) "Logotherapy and Existential Analysis in Counselling Psychology as Prevention and Treatment of Burnout Syndrome", *Social and Behavioral Sciences*, Vol. 62: 502-508
- Weisskopf, Edith (1958) "Logotherapy and Existential Analysis", *Acta Psychtherapeutica*, Vol. 6(3): 193-204.
- Wong, Paul T. P. (2016) "Meaning-Seeking, Self-Transcendence, and Well-being", *Logotherapy and Existential Analysis*, New York: Springer.
- Yalom, Irvin D. (2010) *Existential Psychotherapy*, trans. Sepideh Habib, Tehran: Ney Published. (in Persian)