

• دکتر اروین د. یالوم •

روان درمانی اگزیزت انسیال

ترجمه‌ی دکتر سپیده حبیب



قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان



نشرنی

روان‌درمانی اگزستانسیال@ (وجودی)

دکتر اروین د. یالوم

مترجم	دکتر سپیده حبیب
چاپ هفتم	تهران، ۱۳۹۵
تعداد	۳۰۰۰ نسخه
لیتوگرافی	باختر
چاپ	غزال
صحافی	تیوت

تمامی حقوق این اثر محفوظ است. تکثیر یا تولید مجدد آن کلاً و جزئاً،
به هر صورت (چاپ، فتوکپی، صوت، تصویر و انتشار الکترونیکی)
بدون اجازه مکتوب ناشر ممنوع است.

شابک ۱ ۱۶۹ ۱۸۵ ۹۶۴ ۹۷۸

www.nashreny.com

به مریلین،
به خاطر همه چیز
ای.

www.30book.com

فهرست مطالب

۱۳	قدردانی
۱۷	فصل اول: پیش گفتار
۲۰	درمان اگزیزتانسیال: روان‌درمانی پویا یا پویه‌نگر
۲۸	جهت‌گیری اگزیزتانسیال: غریب ولی به‌طور عجیبی آشنا
۳۲	رشته‌ی روان‌درمانی اگزیزتانسیال
۴۲	درمان اگزیزتانسیال و جامعه‌ی دانشگاهی

بخش اول: مرگ

۵۵	فصل دوم: زندگی، مرگ و اضطراب
۵۶	وابستگی دوسویه‌ی زندگی و مرگ
۷۱	مرگ و اضطراب
۹۰	بی‌توجهی به مرگ در روان‌درمانی نظری و کاربردی
۹۶	فروید: اضطراب بدون مرگ
۱۱۷	فصل سوم: مفهوم مرگ برای کودکان
۱۱۸	فراگیر بودن دلواپسی مرگ در کودکان
۱۲۱	مفهوم مرگ: مراحل تکاملی
۱۵۵	اضطراب مرگ و شکل‌گیری ناهنجاری روانی
۱۶۰	آموزش به کودکان درباره‌ی مرگ

۱۶۵	فصل چهارم: مرگ و ناهنجاری روانی.....
۱۶۸	اضطراب مرگ: الگوی ناهنجاری روانی.....
۱۷۴	استثنا بودن.....
۱۹۰	نجات‌دهنده‌ی غایی.....
۲۰۶	به‌سوی دیدگاهی تلفیقی در ناهنجاری روانی.....
۲۱۵	اسکیزوفرنیا و ترس از مرگ.....
۲۲۱	الگوی اگزستانسیال ناهنجاری روانی: شواهد پژوهشی.....
۲۳۱	فصل پنجم: مرگم و روان‌درمانی.....
۲۳۱	مرگ به‌مثابه یک موقعیت مرزی.....
۲۶۹	مرگ به‌مثابه خاستگاه اصلی اضطراب.....
۲۹۰	معضلات روان‌درمانی.....
۲۹۴	رضایت از زندگی و اضطراب مرگ: جای پای مطمئن درمان.....
۲۹۹	حساسیت‌زدایی از مرگ.....

بخش دوم آزادی

۳۱۱	فصل ششم: مسئولیت.....
۳۱۱	مسئولیت به‌مثابه یک نگرانی اگزستانسیال.....
۳۱۷	مسئولیت‌گریزی: تظاهرات بالینی.....
۳۲۸	مسئولیت‌پذیری و روان‌درمانی.....
	آگاهی از مسئولیت به‌شیوه‌ی امریکایی یا چطور مسئول زندگی خود باشید، اختیار اعمالتان را در دست بگیرید، مراقب شماره یک باشید و آن را به‌دست آورید.....
۳۵۸	مسئولیت و روان‌درمانی: شواهد پژوهشی.....
۳۷۰	مسئولیت و احساس گناه اگزستانسیال.....
۳۷۹	محدودیت‌های مسئولیت.....
۳۹۰	مسئولیت و احساس گناه اگزستانسیال.....
۴۰۵	فصل هفتم: خواستن.....
۴۰۵	مسئولیت، خواستن و عمل.....
۴۱۴	به‌سوی درک بالینی اراده: رنک، فاربر، می.....
۴۲۴	اراده و کار بالینی.....
۴۲۷	آرزو.....
۴۴۳	تصمیم‌انتخاب.....
۴۸۴	گذشته در برابر آینده در روان‌درمانی.....

بخش سوم: تنهایی

- فصل هشتم: تنهایی اگزستانسیال ۴۹۳
- تنهایی اگزستانسیال چیست؟ ۴۹۶
- تنهایی و ارتباط ۵۰۶
- تنهایی اگزستانسیال و ناهنجاری روانی بین فردی ۵۲۱
- فصل نهم: تنهایی اگزستانسیال و روان درمانی ۵۴۷
- سرمستی برای درک روابط بین فردی ۵۴۷
- مواجه کردن بیمار با تنهایی ۵۵۴
- تنهایی و رویارویی بیمار-درمانگر ۵۵۹

بخش چهارم: پوچی

- فصل دهم: پوچی ۵۸۱
- معضل معنا ۵۸۵
- معنای زندگی ۵۸۶
- فقدان معنا: پیامدهای بالینی ۶۱۸
- پژوهش بالینی ۶۲۹
- فصل یازدهم: پوچی و روان درمانی ۶۳۷
- چرا نیازمند معناییم؟ ۶۳۸
- تدابیر روان درمانی ۶۴۹
- پی گفتار ۶۶۷
- یادداشت‌ها ۶۶۹
- نمایه ۷۰۱

قدردانی

بسیاری در این اثر یاری‌ام کردند که قادر به شکر از همگی آنان نیستم: این کتاب سال‌ها در دست نگارش بود و حافظه یاری نمی‌کند همه‌ی کسانی را که رهین متشان هستم، نام ببرم. رولو می و داگفین فولسدال در آموزش‌گار و راهنمای مهم و استثنایی‌ام بودند. بسیاری از همکارانم تمام یا بخشی از دست‌نویس را خواندند و نقد کردند: جروم فرانک، یولیوس هوشر، کنت باخ، دیوید اسپیگل، الکس کامفورت، جیمز بوگنتال، مارگریت لدربرگ، مایکل برتمن، میچل هال، آلبرت زیگل، الوین روزنفلت، هربرت لیدرمان، مایکل نوردن و بسیاری از دستیاران روان‌شناسی استنفورد. سپاس من نثار همگی آنان.

برای فراهم شدن بورسی با شرایط ایده‌آل در دوره‌ی فلوشیپ سال ۱۹۷۷-۷۸م‌دیون گاردنر لیندزی و مرکز مطالعات پیشرفته‌ی علوم رفتاری هستم. از دانشگاه استنفورد، که سخاوتمندانه سازوبرگ زندگی دانشگاهی - آزادی اندیشه، تأمین لوازم، همکاران تخصصی در عالی‌ترین سطح - را در سراسر دوران کاری‌ام تدارک دید، عمیقاً سپاسگزارم. نیز مدیون محبت رییس بخش روان‌شناسی، تامس گوندا، هستم که دلسوزانه مرا از وظایف طاقت‌فرسای اجرایی مصون داشت. از مارجوری کراسبی برای تعهد و تشویق‌هایش سپاسگزارم. ویرایش فوق‌العاده‌ی کتاب

را فیبی هاس تدارک دید. از نخستین دست‌نوشته‌ی ناخوانا تا دست‌نویس نهایی این کتاب حجیم را منشی‌ام، بئا میچل تایپ کرد که در طی سال‌ها کار مشترک بردباری، سرزندگی و سخت‌کوشی‌اش رای‌ندرت از دست داده است. همسرم، مریلین، علاوه بر تیمار دائمی‌ام، برای این کتاب هم، مانند کتاب‌های قبلی، راهنموده‌هایی اصولی و ویرایشی داشت.

برای اجازت‌های نقل قول از منابع زیر نیز صمیمانه سپاسگزارم:

- *The Standard Edition of the Complete Works of Sigmund Freud*, translated and edited by James Strachey. By permission of Sigmund Freud Copyrights Ltd., The Hogarth Press Ltd., and The Institute of Psycho-Analysis; also of Allen & Unwin Ltd. And Basic Books, Inc.
- *EST* 60 Hours That Transform Your Life*, by Adelaide Bry. Copyright © 1976 by Adelaide Bry. Reprinted by permission of Harper & Row Publishers, Inc.
- Maria Nagy, "The Child's Theories Concerning Death," *Journal of Genetic Psychology* (1948) 73:3-27. Reprinted by permission of the author and *The Journal Press*.
- "Everyman," in M. Abrams, et al., eds., *The Norton Anthology of English Literature*, vol. 1, pp. 281-303. Copyright © 1962. Reprinted by permission of W. W. Norton, Inc.
- E. Fromm, D. Suzuki, and R. DeMartino, *Zen Buddhism and Psychoanalysis*. Copyright © 1960. Reprinted by permission of Harper & Row Publishers, Inc.
- "Forgive, O Lord," from *The Poetry of Robert Frost*, edited by Edward Connery Lathem. Copyright © 1962 by Robert Frost. Copyright © 1967 by Holt, Rinehart and Winston. Reprinted by permission of Holt, Rinehart and Winston, Publishers. Four lines from "Desert Places," from *The Poetry of Robert Frost*, edited by Edward Connery Lathem. Copyright © 1936 by Robert Frost. Copyright © 1964 by Lesley Frost Ballantine. Copyright

© 1969 by Holt, Rinehart and Winston. Reprinted by permission of Holt, Rinehart and Winston, Publishers.

• Purpose in Life Test (PIL) by James C. Crumbaugh and Leonard T. Maholick. Reprinted with permission of James C. Crumbaugh. Published by Psychometric Affiliates, P. O. Box 3167, Munster, Indiana 46321.

• V. Frankl, "Fragments from the Logotherapeutic Treatment in Four Cases," in A. Burton, ed., *Modern Psychotherapeutic Practice* (Palo Alto, Calif.: Science Behavior Book, Inc., 1965). Reprinted by permission of Arthur Burton.

WWW.30BOOK.COM

کتاب روان‌درمانی اگزستانسیال هم راهنمایی برای درمانگران است و هم نوعی درمان به‌شمار می‌رود: هر کس که آن را بخواند، عمیقاً تحت تأثیر قرار می‌گیرد و خردمندتر می‌شود انگار چندین ساعت به گفت‌وگو با کسی نشست که عزمش را برای عبور از ژرف‌ترین مشکلات بشری جزم کرده است. داستایفسکی، پستوی، کافکا، سارتر، کامو و بسیاری دیگر با نویسنده هم‌آوا شده‌اند تا از دلواپسی‌های غایی بشر بگویند.

مخاطبان اصلی کتاب، دانشجویان و روان‌درمانگران بالینی‌اند ولی به‌دلیل سبک قابل فهم و عاری از اصطلاحات تخصصی‌اش، برای خواننده‌ی معمولی نیز قابل درک و بسیار جذاب است. یالوم پس از نوشتن این کتاب و برای بسط نظریه‌ی اگزستانسیال بود که به‌این‌بار داستان روی آورد و آثاری چون و نیچه‌گریه کرد... و مامان و معنی زندگی را خلق کرد. او خود روان‌درمانی اگزستانسیال را کتاب مرجع تمامی آثاری دانسته که پس از آن به رشته‌ی تحریر درآورده است.

ISBN 978-964-185-169-1



9 789641 851691



نشرنی