

رنج و التیام

در سوگواری و داغدیدگی

جیمز ویلیام وردن

ترجمه

محمد قائد

فرهنگ نشر نو
با همکاری نشر آسیم
تهران - ۱۳۹۹

رنج و التیام

محمد قائد

در سوگواری و داغدیدگی

Grief Counseling and Grief Therapy:

ترجمه

A Handbook for the Mental Health Practitioner

از

4th. Edition

James William Worden, PhD

Springer Publishing Company, New York, 2009

تهران، خیابان میرعماد، خیابان سیزدهم، پلاک ۱۳

فرهنگ نشر نو

تلفن: ۸۸۷۴۰۹۹۱

اول، ۱۳۹۹

نوبت چاپ

۷۷۰

شمارگان

امیر عباسی

صفحه آرایی

حکمت مرادی

لح جلد

سحر گرافیک

لینوگراف

غزال

ب. چاپ

بهمن سراج

مر چاپ

همه حقوق محفوظ است.

فهرست کتابخانه ملی

ویلیام، ۱۹۳۲-م.

سرشناسه

رنج و التیام در سوگواری و داغدیدگی /

عنوان و نام پدیدآور

ویلیام جیب وردن؛ ترجمه محمد قائد.

مشخصات نشر

تهران: فرهنگ نشر نو، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری

۳۲۰ ص.

شابک

78-600-490-192-5

فهرست نویسی

بر اساس اطلاعات فیبا

عنوان اصلی

Grief Counseling and Grief Therapy

موضوع

اندوه درمانی؛ مشاوره بهداشت روانی، اندوه

شناسه افزوده

الف. قائد، محمد، ۱۳۲۹-، مترجم؛

رده بندی کنگره

ب. عنوان: رنج و التیام در سوگواری و داغدیدگی

رده بندی دیویی

RC۴۵۵/۴

شماره کتابشناسی ملی

۶۱۶/۸۹۱۴

۵۹۷۱۹۷۱

آسیم

مرکز پخش

۸۸۷۴۰۹۹۲-۴

تلفن و دورنگار

www.nashrenow.com

فروشگاه اینترنتی

۵۷۰,۰۰۰ ریال

بها

فهرست

یادداشت مرجع / ۱۳۰

یادداشت مؤلف / یارده

مقدمه / ۳

۱ دبستگی، فقدان و تکالیف سوگواری / ۱۳۰

نظریه دبستگی / ۱۳۰ آیا ماتم نشانه بیماری است؟ / ۱۸۰ آیا سوگواری لازم است؟ / ۱۸۰ چهار تکلیف سوگواری / ۱۹۰ سوگواری چه وقت پایان می‌یابد؟ / ۳۴۰

۲ واکنش‌های بهنجار در برابر ماتم: سوگواری بی‌مسئله / ۱۳۰

نمودهای ماتم بهنجار / ۳۹۰ ماتم و افسردگی / ۱۵۲۰ عوامل تعیین‌کننده ماتم / ۵۷۰ روند سوگواری / ۶۲۰

۳ مشاوره ماتم: آسان کردن ماتم غیر پیچیده / ۶۷۰

اهداف مشاوره ماتم / ۶۸۰ مشاور مصیبت شدن کار کیست؟ / ۶۹۰ وقت مشاوره ماتم / ۷۰۰ مشاوره ماتم باید کجا انجام گیرد؟ / ۷۰۰ مشاوره ماتم برای کیست؟ / ۷۱۰ شناسایی مصیبت‌دیدگان آسیب‌پذیر / ۷۲۰ اصول و روال مشاوره / ۷۶۰ تکنیک‌های مفید / ۹۴۰ استفاده از دارو / ۹۷۰ مشاوره گروهی ماتم / ۹۸۰ آسان کردن ماتم از راه آیین خاکسپاری / ۱۰۹۰ تأثیربخش بودن مشاوره ماتم / ۱۱۱۰

۴ واکنش‌های نابهنجار در برابر ماتم: سوگواری پیچیده / ۱۱۳

- چرا افراد از ماتمداری در می‌مانند / ۱۱۳ □ به بیراهه افتادن ماتم / ۱۲۲ □
تشخیص ماتم پیچیده / ۱۳۰

۵ ماتم‌درمانی: گره‌گشایی از ماتم بیمارگونه / ۱۳۷

- اهداف و ترتیبات ماتم‌درمانی / ۱۳۸ □ رویه‌های ماتم‌درمانی / ۱۴۱ □
ملاحظات ویژه در ماتم‌درمانی / ۱۵۲ □ شیوه‌ها و مواقع / ۱۵۳ □ ارزیابی
نتایج / ۱۵۵

۶ ماتم بر انوع خاص ضایعه / ۱۵۹

- ششم / ۱۵۹ □ مرگ ناگهانی / ۱۶۸ □ مرگ ناگهانی اطفال / ۱۷۳ □
سقط جنین غیر عمدی / ۱۷۷ □ مرده‌زایی / ۱۸۰ □ سقط جنین / ۱۸۲ □
ماتم پستان / ۱۸۴ □ ایدز / ۱۹۱

۷ ماتم و سازمان خانواده / ۱۹۰

- مرگ فرزند / ۱۹۳ □ کودکانی که والدین‌شان می‌میرند / ۲۰۸ □
روش‌های دخالت / ۲۱۲ □ ماتم در سالمندان / ۲۱۶ □ نیازهای خانوادگی
در برابر نیازهای شخصی / ۲۱۱

۸ ماتم شخصی مشاور / ۲۲۳

- فشار روحی و از پا درآمدن / ۲۲۹

۹ آموزش برای مشاوره ماتم / ۲۳۵

- طرح ماتم ۱ / ۲۳۹ □ طرح ماتم ۲ / ۲۴۰ □ طرح ماتم ۳ / ۲۴۱ □
طرح ماتم ۴ / ۲۴۲ □ طرح ماتم ۵ / ۲۴۳ □ طرح ماتم ۶ / ۲۴۴ □
طرح ماتم ۷ / ۲۴۵ □ طرح ماتم ۸ / ۲۴۶ □ طرح ماتم ۹ / ۲۴۷ □
طرح ماتم ۱۰ / ۲۴۸ □ طرح ماتم ۱۱ / ۲۵۰ □ طرح ماتم ۱۲ / ۲۵۲ □

ضمیمه ۱: مرگ در خانواده / ۲۵۵ □ ضمیمه ۲: دست راست پدر / ۲۷۹

منابع و مراجع / ۲۹۵

نمایه / ۳۰۲

یادداشت مترجم

سال‌ها پیش طرّی دگر رویدادی حزن‌انگیز شدم. بانویی که همراه پدر خانواده برای گرسه و دیدار دو دخترشان از ایران به اروپا آمده بود ناگهان در شب عید نوروز دگر داشت. حلقهٔ دوستان و معاشران آن دو دانشجو از هیچ کمک مخلصانه‌ای، بابا، ندگان کوتاهی نمی‌کرد و اعتقاد جمع بر این بود که، از نظر عاطفی، آسیب‌پذیرترین فرد از این سه نفر، جوان‌ترین آنهاست که تازه به خارج از ایران سفر کرده و تا همین چند وقت پیش در پناه مادر بوده است. در هر حال، این پرسش شاید در ذهن دیگران هم وجود داشت که آیا آسیب‌دیده‌ترین فرد آن خانواده مرد سالمندی نیست که همراه همسرش خرّم و سندان برای گذراندن تعطیلات نوروز و دیدار فرزندان به کشوری دیگر سفر کرده است و اکنون باید همسفر دیرین خویش را در جعبه‌ای چوبی به دست فرودگاه تحویل دهد؟

در چنین مواردی گاه این سؤال پیش می‌آید که در يك ضایعه کدام فرد بیشترین ضربه را خورده است؛ آیا می‌توان صدمه‌دیده‌ترین فرد را مشخص کرد؛ و اساساً چنین تشخیصی لازم است؟ در هر حال، گاه سوگواری به دلایل متعدد ناتمام می‌ماند، از جمله به این دلیل که فرد گمان می‌کند بعداً در شرایطی مساعدتر بهتر خواهد توانست ماتم بگیرد.

تجربه نشان می‌دهد که ماتم فیصله‌نیافته با گذشت زمان پیچیده‌تر می‌شود و ندرتاً پیش بیاید که فرد بار دیگر در شرایطی قرار گیرد که بتواند آزادانه، و برخوردار از مصونیت‌ها و معافیت‌هایی که جامعه برای سوگواران قائل می‌شود، هر اندازه میل دارد مویه کند.

در زندگی سستی، از سر گذراندن چنین دوره‌های مصیبت‌باری همراه با دیگران و با کمک دیگران انجام می‌پذیرد. اما با پیچیده‌تر شدن روابط اجتماعی، ازدیاد فواصل جغرافیایی، خانوادگی و عاطفی، و تفکیک هرچه بیشتر حیطه خصوصی از زندگی اجتماعی، مسائلی جدید در سوگ‌ری و سوگ‌مداری پدید می‌آید. آن دو دانشجو، در موقعیتی چنان دردناک و نافلگ‌رکننده، از حمایت جمعی از دوستان هموطن و هم‌زبان برخوردار بودند. از قضا چنین پیش آمد که همراه پدر و نیز کسانی که دست‌کم چند روزی متوقف آشنا بودند بر مرگ مادر سوگواری کنند. در شرایطی دیگر و دور از این گروه پشتیبان، سنگینی مصیبت و نیروی لازم برای تحمل آن ممکن بر عظیم‌تر باشد.

بعدها در شرایطی که شخصاً در مرحله گذر از مصیبتی دشوار بودم، طی جستجو برای یافتن متن‌هایی در تشریح انتظام‌یافته فقدان و عزاء، این کتاب را هم فنی و هم روان‌یافتم و بی‌حاشیه‌اندیدم علاقه‌مندان دیگر نیز با یافته‌ها و آرای مؤلف آن آشنا شوند. تروپ بر روش مؤلف در طرح مسئله و شیوه پیش رفتن بی‌حاشیه و مجامله‌ها، بحث، تویستاک، بنیادی قدیمی و معتبر در زمینه آموزش روانشناسی، تلاش‌ها و روابط اجتماعی و شغلی در بریتانیا، بر آن صحه گذاشته است، تأمل‌برانگیز و بسیار به اعتبار کتاب می‌افزاید.

دکتر وُردن، استاد روانشناسی دانشگاه هاروارد، به احوال زندگان و واکنش آنان در قبال مردن دیگران می‌پردازد، نه به خود مفهوم مرگ، و بحث او اساساً در سطح روانپزشکان و روانشناسان و برای تدریس به

مشاوران، پرستاران و مددکاران تدوین شده است. اما به سبب روشنی مطالب و پرهیز از بحث‌های مفصل در مکاتب و نظریه‌ها، برای خواننده غیرمتخصص نیز خالی از کشش و سودمندی نیست. در مجموع، خواننده می‌تواند انتظار داشته باشد آنچه را که ممکن است از زبان روانپزشک یا روانشناس خویش بشنود در این کتاب بخواند. موفقیت در آرای روش‌های مشاوره ماتم و ماتم‌درمانی در مورد دیگران البته امری است تخصصی و، همچنان که مؤلف تأکید می‌کند، به آموزش‌هایی اساسی در رواندرومانی نیاز دارد.

از متن اصلی تنها یک پاراگراف در زمینه وظایف بعدی مسئولان کفن و دفن که به صورت توصیفی آن با شرایط ایران یکسره بیگانه بود کنار گذاشته شد. ارجع‌ها منابع را برای سهولت در خواندن و مدام‌گرفتارنشدن در معضلات لای فارسی و تلفظ اسامی خاص، از هلال‌های وسط متن به پانویس همان صفحه برده‌ایم و تمام منابع و مآخذ فصل‌ها در پایان کتاب به ترتیب الفبایی یکجا گرد آمده است.

در پایان کتاب، بخشی از یک سبب‌حال واقعی درباره بیماری و از دست رفتن پدر، همراه با تأملات زری در احساسات و خاطراتش و چگونگی پژمردن و مردن فرد در برابر چشم اعضای خانواده، به ترجمه فارسی افزوده شده است.

الطاف استاد دیرینم دکتر امیرهوشنگ مهریار، روشناز بالینی، کمک بزرگی بود در روشن‌تر کردن برخی اشاره‌ها و مفهیم این متن، و در جهت پرهیز از ابهام‌های بیشتری که بدون مساعدت ایشان ناپذیر می‌شد.