

آزادی، مسؤلیت پذیری و درمان

فهرست مطالب

۷	پیشگفتار.....
۱۱	تقدیر و تشکر.....
۱۳	بخش اول: اراده آزاد.....
۱۴	۱ آزادی
۴۵	۲ اراده آزاد در روانکاوی
۶۸	۳ اراده آزاد در نظریه راجرز.....
۷۷	۴ رویکرد یکپارچه‌نگر
۸۷	۵ راه‌های کارکردن با آزادی
۹۸	۶ سلامت روان و انتخاب
۱۲۲	بخش دوم: مسئولیت.....
۱۲۳	۷ مسئولیت‌پذیری
۱۳۹	۸ سه مفهوم مسئولیت‌پذیری
۱۶۱	۹ معمای امکان‌های جایگزین
۱۷۵	۱۰ نگرش خنثی
۱۹۰	۱۱ سرزنش در روان‌درمانی
۲۰۱	۱۲ مشاوره دادن با سرزنش
۲۱۵	نتیجه‌گیری.....
۲۲۰	واژه نامه انگلیسی به فارسی.....
۲۲۲	واژه نامه فارسی به انگلیسی.....

پیشگفتار

اراده آزاد یکی از پیچیده‌ترین و قدیمی‌ترین مسائل فلسفی و موضوعی مهم برای رشته‌های مختلف است. این فرض که افراد دارای اراده آزاد هستند، زمینه وسیعی از شیوه‌های اجتماعی مانند دستگاه دادگستری، روابط بین فردی، سیاست، اقتصاد، اخلاق و دین را در بر می‌گیرد. اگر ثابت شود که اراده آزاد وجود ندارد، ممکن است جهان ما واژگون و درخور یکی از بزرگ‌ترین اصلاحات اجتماعی در تاریخ شود.

با این حال، اطلاعات کمی در مورد نقش اراده آزاد در بهزیستی روانی ما وجود دارد. فرض کنید اراده آزاد توهم باشد، آیا در صورت مواجهه با این واقعیت، هنوز می‌توانیم احساس خوبی داشته باشیم؟

اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری ارتباط مستقیمی با روان‌درمانی دارند. هرگونه اختلال روانی را به نوعی می‌توان با از دست رفتن آزادی مشخص کرد، درحالی‌که روان‌درمانی را می‌توان به عنوان ابزاری برای بازیابی آزادی در پویایی و داشتن آزادی در زندگی روزمره افراد در نظر گرفت.

علاوه بر این، بسیاری از موضوعاتی که در طول روان‌درمانی مورد بحث قرار می‌گیرند ماهیتی اخلاقی دارند. افراد سعی می‌کنند بفهمند کار درست چیست؟ یا چگونه باید با سایق‌های ناخوشایند خود رفتار کنند؟ برخی دیگر نیز برای مقابله با احساسات شدید اخلاقی خود مانند شرم، احساس گناه یا عصبانیت به دنبال کمک هستند. مسئله مسئولیت اخلاقی به‌ویژه برای کسانی که در زندان در حال توان‌بخشی‌اند و در مورد بدی‌های خود می‌اندیشند اهمیت پیدا می‌کند.

در این اثر، من نظریه‌های زیگموند فروید و کارل راجرز را به‌عنوان یک مطالعه موردی، با تمرکز و توضیح بیشتر بر روی اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری بررسی خواهم کرد. با این پژوهش، ما چندین خلأ در ادبیات علمی را پر خواهیم کرد.

نخست باید بگویم این اثر، یکی از اولین آثار جامعی خواهد بود که قلمرو فلسفه و روان‌درمانی را پوشش می‌دهد و دانش ما را در مورد نقش آزادی و مسئولیت‌پذیری در درمان و سلامت روان گسترش می‌دهد. اگرچه کم و بیش در تمام رویکردهای مشاوره از اراده آزاد یاد می‌شود؛ اما متون موجود فاقد بررسی و تجزیه و تحلیل گسترده در این زمینه است. مشاوران چگونه اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری را تعریف می‌کنند؟ آیا اراده آزاد برای سلامت روان معنادار است؟ آیا درمانگران باید

باور به اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری را ترویج دهند؟ مشاوران چگونه می‌توانند اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری انسان را افزایش دهند؟

من برای نخستین بار مطرح خواهم کرد که مشاوران می‌توانند اراده آزاد را به‌عنوان ظرفیت انتخاب منطقی تعریف کنند و درمانگران با کمک به مراجعین برای عادت به انتخاب‌های آگاهانه و خودمختار، می‌توانند شادکامی و روند درمان را در انسان تسهیل کنند. علاوه بر این، من ادعا می‌کنم که درمانگران می‌توانند به سه مفهوم مسئولیت‌پذیری: مسئولیت‌پذیری نقش، مسئولیت‌پذیری علی و مسئولیت‌پذیری ظرفیت در طول کار درمانی اشاره کنند که به روش‌های مختلف برای بهبود شرایط روانی مراجعان مفید خواهد بود.

دوم اینکه این نخستین اثری خواهد بود که به بررسی نقش اراده آزاد و مسئولیت در روان‌درمانی یکپارچه‌نگر می‌پردازد. ما به طور ویژه بررسی خواهیم کرد که آیا می‌توان با توجه به اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری، نظریه‌های شخصیت مختلف و رویکردهای مشاوره را با هم تطبیق داد؟ این نکته نیازمند توضیح بیشتری است. در حال حاضر، چند رویکرد بزرگ شخصیت و روان‌درمانی وجود دارد که با یکدیگر در رقابت هستند؛ مکاتب روان‌پویشی، رفتارگرایی، شناختی، رویکرد صفات، انسان‌گرایی و وجودی.

هر رویکرد به نوبه خود ممکن است حاوی ده‌ها مفهوم و روش‌های مشاوره باشد. در سال‌های اخیر، یکی از جریان‌های اصلی روانشناسی، جنبش یکپارچه‌نگر بوده است که هدف آن از بین بردن شکاف بین رویکردهای مختلف است. ایده کلی آن این است که رویکردهای موجود به طور کامل متضاد هم نیستند و اگر از مزایای برخی از رویکردها استفاده کنیم و حداقل برخی عناصر را ترکیب کنیم، می‌توانیم از آن سود ببریم. اگر از فنون و مزایای رویکردهای مختلف استفاده کنیم، می‌توانیم انتظار داشته باشیم، همگانی‌ترین و مؤثرترین روش روان‌درمانی را به دست بیاوریم. امروزه، روان‌درمانی یکپارچه‌نگر به یک رویکرد درمانی مستقل تبدیل شده است و هزاران مشاور در سراسر جهان از آن استفاده می‌کنند. دور از ذهن نیست که روان‌درمانی یکپارچه‌نگر در این قرن به روش اصلی روان‌درمانی تبدیل شود.

با این حال، مسئله اراده آزاد یک چالش بزرگ برای پروژه‌ی یکپارچه‌نگر است. وقتی که دو رویکرد شخصیت و روان‌درمانی دیدگاه‌های متافیزیکی متضادی در مورد اراده آزاد داشته باشند، می‌توانیم استنباط کنیم که این نظریه‌ها از اساس ناسازگار هستند و نمی‌توانند یکپارچه شوند. برای مثال، یک دیدگاه رایج این است که روان‌کاوی فروید، وجود اراده آزاد را انکار می‌کند، درحالی‌که رویکرد مراجع‌محوری راجرز از اراده آزاد دفاع می‌کند.

با این حال، من نشان خواهم داد که ما می‌توانیم نظریه‌های فروید و راجرز را از نظر اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری باهم هماهنگ کنیم. اگرچه این تحقیق به طور عمده بر فروید و راجرز تمرکز خواهد داشت، من در این تحقیق سایر رویکردهای مشاوره را نیز در نظر خواهم گرفت، به‌ویژه: رفتارگرایی

اسکینر، نظریه وجودی فرانکل و نظریه شناختی الیس. در تحلیل نهایی، ما اطلاعات کافی برای قضاوت در مورد اینکه موضوع اراده آزاد تهدید بزرگی برای رویکرد یکپارچه‌نگر نیست، در اختیار خواهیم داشت.

به‌طور خلاصه این کتاب برای، فیلسوفان و روان‌شناسانی که نقش اراده آزاد را در سلامت روان و روان‌درمانی مطالعه می‌کنند؛ مشاورانی که مایل‌اند با آزادی و مسئولیت در تجربیات خود آشنا شوند، محققانی که روان‌درمانی یکپارچه‌نگر یا نظریه یکپارچه شخصیت را توسعه می‌دهند و دانشجویانی که مایل‌اند بیشتر بدانند اراده آزاد چیست جالب خواهد بود.

تقدیر و تشکر

مایلم از نظرات و گفتگوهای مفید استفان باترفیل، کریستوف هورل، ناومی ایلان، هانا پیکارد، متیو سوتریو، لیز بلاگرو، رنا برنچ، جان نورکراس، وندی دریدن، ادوارد دسی، ریچارد رایان، جان فیشر، پر اریک میلام، جانانان لیر، ارنست وال ورک و جی والاس تشکر ویژه‌ای داشته باشم. من به ناشر خود، برندن جورج و تمام تیم پالگریو مک میلان به خاطر راهنمایی آنها در هر مرحله از مراحل چاپ، یک سپاس‌گزاری بدهکارم. من به خاطر تشویق‌های خانواده، والدین و دوستانم در طول این سال‌ها بسیار مدیونشان هستم. این کار بدون آنها غیرممکن بود.

بخش اول

اراده آزاد

اراده آزاد

۱-۱ مقدمه

آزادی واژه‌ای رایج در ادبیات روزمره ما است؛ اما اگر بخواهیم به صورت تخصصی به آن نگاه کنیم، معنای آن چیست؟ و چگونه به سلامت روانی ما مربوط می‌شود؟ این فصل موضوعات گوناگون مرتبط با آزادی را معرفی کرده و نحوه ارتباط آنها را با سلامت روان و روان‌درمانی روشن می‌کند.

بخش ۱-۲ با بحث در مورد اراده آزاد و آنچه با آن مرتبط است شروع می‌شود. بخش ۱-۳ دیدگاه‌های اصلی در مورد اراده آزاد، مانند جبرگرایی افراطی، سازگارگرایی، آزادی‌خواهی و موارد دیگر را بیان می‌کند. بخش ۱-۴ تناقض میان نحوه درک و تعریف اراده آزاد را نشان می‌دهد. بخش ۱-۵ به استدلال‌هایی می‌پردازد که اراده آزاد را به عنوان توانایی انجام کاری دیگر در نظر می‌گیرد. بخش ۱-۶ به بحث‌هایی می‌پردازد که اراده آزاد را به عنوان سرچشمه فعالیت‌های فرد درک می‌کند. بخش ۱-۷ به پیامدهای عدم باور به اراده آزاد می‌پردازد. بخش ۱-۸ این مسئله را مطرح می‌کند که تجربه آزادی چیست؟ بخش ۱-۹ بین اراده آزاد و آزادی در عمل (آزادی منفی و مثبت) تمایز قائل می‌شود، در حالی که بخش ۱-۱۰ آزادی اراده و خودمختاری را مشخص می‌کند. نکته مهم این است که هر بخش نحوه ارتباط آن موضوع با درمان و سلامت روان را مشخص می‌کند.

من به این بحث می‌پردازم که درمان انواع مختلفی از آزادی را به طور پیش‌فرض ترویج می‌کند، مانند آزادی عمل، تجربه آزادی، خودمختاری و حتی اراده آزاد (اگر درست فهمیده شود). علاوه بر این، ممکن است باور به اراده آزاد (حداقل نوع خاصی از آن) ضروری باشد؛ زیرا شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد عدم باور به اراده آزاد با بهزیستی روانی پایین ارتباط دارد.

۱-۲ معنای اراده آزاد

دیدگاه رایج این است که اراده آزاد به منزله کنترل کافی بر اعمال فرد است پس اگر ما اراده آزاد داریم، این «انتخاب ما است» که چگونه باشیم، چه چیزی را انتخاب کنیم و چگونه عمل کنیم. بدون شک

حداقل گاهی اوقات «احساس» می‌شود که ما حق انتخاب و کنترل داریم و ما نویسندگان اعمال خود هستیم؛ اما اینکه آیا اراده آزاد به‌راستی حقیقت دارد یا نه؟ دو هزار سال است که مورد بحث و جدل است.

اراده آزاد اغلب با مفاهیم مهم دیگری مانند مسئولیت‌پذیری اخلاقی (استحقاق، سرزنش، مجازات، تحسین، عدالت)، خودمختاری، اصالت، خلاقیت، عزت‌نفس^۱ و عشق مرتبط است. یکی از سؤالات متداول این است که اگر اراده آزاد وجود نداشته باشد چگونه باید زندگی خود را تغییر دهیم؟ آیا اگر مردم تحت کنترل کامل رفتارهای خود نباشند قادرند نظام سیاسی حاکم را تغییر دهند؟ اگر یک نفر را به شدت دوست داشته باشیم اما دیگران را نه آیا ادراکمان از عشق تغییر خواهد کرد؟

اغلب، اراده آزاد در پیوند با مسئولیت‌پذیری اخلاقی مورد بحث قرار می‌گیرد. بسیاری معتقدند که اراده آزاد شامل نوعی کنترل بر مسئولیت اخلاقی است که ضروری یا حتی کافی تلقی می‌شود (مک‌کنا و پرپوم ۲۰۱۶). اگر افراد کنترل کافی بر رفتار خود داشته باشند و اگر اقدامات آنها به عهده خودشان باشد، آن‌گاه عادلانه به نظر می‌رسد که برای انتخاب‌هایشان سرزنش یا تحسین شوند؛ اما اگر افراد از کنترل کافی بر انتخاب‌های خود بی‌بهره باشند، به نظر نمی‌رسد که افراد برای رفتار خود (اعم از اشتباهات یا دستاوردهایشان) مستحق سرزنش یا تحسین باشند. با این حال، برخی ارتباط بین اراده آزاد و مسئولیت‌پذیری اخلاقی را انکار می‌کنند. یک دیدگاه این است که افراد می‌توانند از نظر اخلاقی مسئول باشند حتی اگر اراده آزاد نداشته باشند (فیشر و راویتزا ۱۹۹۸).

در اصل، دو بحث وجود دارد: الف) آیا ما آزادی داریم؟ و ب) آیا ما از نظر اخلاقی مسئول هستیم؟ (از چه نظر می‌توانیم مسئول باشیم؟) هرچند این سؤالات اغلب با یکدیگر ارتباطی درونی دارند؛ اما می‌توان جداگانه هم به آنها پرداخت. من در بخش نخست بر اراده آزاد تمرکز می‌کنم و در بخش دوم به مفهوم مسئولیت‌پذیری اخلاقی می‌پردازم.

۳-۱ دیدگاه‌های اراده آزاد

یکی از موضوعات مهم بحث این است که آیا مردم می‌توانند در جهان جبری اراده آزاد داشته باشند؟ جبرگرایی علی یک نظریه است که در آن هر رویدادی به وسیله برخی از رویدادها و قوانین قبلی طبیعت تعیین می‌شود (هوفر ۲۰۱۶).

به قانون علت و معلول فکر کنید. هر رویدادی ناشی از برخی رویدادهای قبلی است درحالی‌که آن رویدادها هم خودشان ناشی از برخی رویدادهای قبلی هستند و به همین ترتیب این چرخه تا بی‌نهایت

ادامه دارد. به‌عنوان مثال، می‌توان گفت که انتخاب‌های انسان ناشی از برخی رویدادهای قبلی مانند خواسته‌ها، باورها، تجربه، دوران کودکی و موارد دیگر است. این رویدادها به نوبه خود، ناشی از برخی رویدادهای قبلی و قبل‌تر بوده‌اند. یکی از دلایل جبر علی این است که تنها یک نتیجه فیزیکی ممکن وجود دارد؛ یعنی رویدادهای قبلی فقط یک رویداد خاص را در زمان حال تعیین می‌کنند. این نشان می‌دهد که اگر در این جهان جبرگرایی^۱ برقرار باشد، باز هم در زمان حال و آینده تنها یک حالت ممکن وجود خواهد داشت.

مسئله جبرگرایی، فیلسوفان را در دسته‌های متناقض متعددی در مورد اراده آزاد تقسیم‌بندی می‌کند. شش دیدگاه اصلی در مورد اراده آزاد وجود دارد: جبرگرایی افراطی، ناسازگارگرایی افراطی، سازگارگرایی، آزادی‌خواهی، تجدیدنظرطلبی و توهم‌گرایی.

جبرگرایی افراطی^۲ نظریه‌ای است که می‌گوید: جبرگرایی برقرار است، اراده آزاد وجود ندارد و مسئولیت اخلاقی ناموجه است (جیمز ۱۸۸۴؛ ویلهاور ۲۰۰۴) با توجه به جبرگرایی، جبرگرایان افراطی معتقدند که جهان (از جمله رفتار انسان) بر اساس قانون علت و معلولی اداره می‌شود. جهان را می‌توان با ساز و کار ساعت مقایسه کرد که پس از کوک شدن، به‌طور اجتناب‌ناپذیری در یک نظم دقیق و در یک جهت حرکت می‌کند. این نشان می‌دهد که از قبل تعیین شده است که در آینده نزدیک یا دور چه اتفاقی باید رخ دهد. برای مثال، آنچه در ده سال آینده در ساعت ۱۰:۳۴ صبح در ۲۳ مارس انجام خواهید داد، از قبل تعیین شده است. سرنوشت شما از قبل «نوشته شده است» اینکه آیا ازدواج می‌کنید یا نه طلاق می‌گیرید، آیا در حرفه خود موفق خواهید شد یا خیر، یا اینکه آیا هرگز به باربادوس سفر خواهید کرد؟ اگر همه شرایط اولیه را می‌دانستیم، رویدادها قابل پیش‌بینی می‌شد و همچنین می‌شد به شکل دقیقی نحوه رقم خوردن آینده را گزارش کرد. در بحث اراده آزاد، جبرگرایان افراطی، به‌طور معمول اراده آزاد را به‌عنوان توانایی انتخاب روش دیگر تعریف می‌کنند. به این معنا که به افراد توانایی انحراف از مسیر از پیش تعیین‌شده را بدهد. با این حال، از آنجایی که جهان جبری است، مردم توانایی انجام کاری غیر از آنچه انجام می‌دهند را ندارند. رویدادهای قبلی و قوانین طبیعت تنها یک مسیر عمل کردن را ایجاد می‌کنند پس فقط یک گذشته ممکن است، فقط یک زمان حال ممکن وجود دارد و تنها یک آینده ممکن وجود خواهد داشت. از آنجا که هیچ‌گونه جایگزینی در دسترس نیست، جبرگرایان افراطی به این نتیجه می‌رسند که مردم از اراده آزاد برخوردار نیستند. از سوی دیگر، جبرگرایان افراطی می‌گویند که مردم از نظر اخلاقی نیز مسئول نیستند؛ یعنی آنها سزاوار سرزنش یا تحسین برای اقدامات خود نیستند. اگر جبرگرایی صحیح باشد، به‌سادگی می‌توان نتیجه

1 Determinism

2 Hard determinism

گرفت که از پیش تعیین شده بود که برخی از افراد جنایتکار بی‌رحم می‌شوند، درحالی‌که دیگران کشیش، پلیس، مخترع نابغه، کارآفرین موفق، پزشک یا میلیاردر می‌شوند. با این حال، جبرگرایان افراطی، معتقدند که جنایتکاران باید همچنان در زندان یا در انزوا باشند تا از جرم‌هایشان جلوگیری شود و نظم اجتماعی ایجاد شود.

با این حال با پیشرفت مکانیک کوانتوم، معلوم شد که جهان شامل فرایندهای قطعی^۱ و غیرقطعی^۲ است. این واقعیت که عدم قطعیت وجود دارد چالشی جدی برای جبرگرایی افراطی ایجاد کرده است. با این حال، جبرگرایان افراطی هنوز می‌توانند استدلال کنند آنچه علم نشان می‌دهد این است که عدم قطعیت فقط در بین ذرات زیر اتمی وجود دارد؛ اما این را نشان نمی‌دهد که هیچ‌گونه عدم قطعیتی در بین موجودات توسعه‌یافته یا اجسام مادی بزرگ وجود دارد (مک‌کنا و پرپوم ۲۰۱۶). به عبارت دیگر، درحالی‌که عدم قطعیت ممکن است در سطح خرد وجود داشته باشد، هیچ مدرکی مبنی بر گسترش آن در سطح کلان وجود ندارد. این نشان می‌دهد که رفتار انسان هنوز ممکن است به طور کامل تابع قانون جبر باشد.

ناسازگارگرایی افراطی^۳ دیدگاهی است که با جبرگرایی مخالف است، اما باز هم به اراده آزاد معتقد نیست و مسئولیت‌پذیری اخلاقی را ناموجه می‌داند (پرپوم ۲۰۰۱). ناسازگارگرایان افراطی می‌پذیرند که در جهان هم قطعیت و هم عدم قطعیت وجود دارد. با این حال، این استدلال مطرح می‌شود که قطعیت و عدم قطعیت امکان آزادی اراده را برای مردم ممکن نمی‌کند. خطر جبرگرایی این است که نحوه رفتار افراد را از پیش تعیین شده می‌کند و خطر عدم قطعیت این است که کنترل افراد بر اعمالشان را از آنها می‌گیرد و وجود شانس را نشان می‌دهد. ناسازگارگرایان افراطی تمایل دارند که اراده آزاد را به عنوان توانایی نهایی منبع اعمال خود معرفی کنند. با این حال، استدلال می‌شود که افراد نمی‌توانند منبع نهایی رفتار خود باشند. همیشه می‌توان برخی از علل پیشین خارج از کنترل انسان را یافت که اقدامات انسان را از پیش تعیین می‌کنند. ناسازگارگرایان افراطی همچنین معتقدند که جامعه باید باور به اراده آزاد و مسئولیت اخلاقی را کنار بگذارد که این امر در درجه نخست مستلزم اصلاح سیستم تربیتی و تغییر روابط بین فردی مشترک است.

سازگارگرایی^۴ (گاهی اوقات سازگارگرایی کامل یا جبرگرایی ملایم نیز نامیده می‌شود) دیدگاهی است که باور دارد جبرگرایی درست است، اراده آزاد وجود دارد و مسئولیت‌پذیری اخلاقی موجه است. فرض سازگارگرایی این است که جبرگرایی اراده آزاد را تهدید نمی‌کند. این دو پدیده می‌توانند در کنار هم باشند به شرطی که تعریفی از اراده آزاد ارائه دهیم که با جبرگرایی در تعارض نباشد.

1 deterministic
2 indeterministic
3 Hard incompatibilism
4 compatibilism

سازگارگرایان تعاریف مختلفی از اراده آزاد ارائه می‌دهند. بعضی آن را به‌عنوان قدرت کامل عمل کردن بدون محدودیت و اجبار تعریف می‌کنند. (گرون بام ۲۰۱۳، ۴۸۷؛ میل ۱۸۶۵، ۲۸۵) دیگران معتقدند که اراده آزاد مستلزم عمل طبق نوع خاصی از تمایل^۱ است (فرانکفورت ۱۹۷۱) با وجود این، دیگران اراده آزاد را به خودکنترلی مربوط می‌کنند (باومیستر ۲۰۰۸؛ دنت ۱۹۸۴؛ فیشر و راوزا ۱۹۹۸).

سازگارگرایی را می‌توان به دو زیرشاخه تقسیم کرد. سازگارگرایی *افراطی* نشان می‌دهد که اراده آزاد با جبرگرایی و حتی دست‌کاری پنهان سازگار است (واتسون ۱۹۹۹). نیمه سازگارگرایی *باور* دارد که جبرگرایی فقط با مسئولیت اخلاقی سازگار است اما با اراده آزاد سازگار نیست (فیشر ۲۰۰۲؛ فیشر و راوزا ۱۹۹۸).

آزادی‌خواهی دیدگاهی است که جبرگرایی را نادرست می‌داند، به اراده آزاد باور دارد و مسئولیت‌پذیری اخلاقی را موجه می‌داند. در این دیدگاه باور بر این است که از آنجایی که جهان دارای مقداری عدم قطعیت است، این امکان برای افراد وجود دارد که از اراده برخوردار باشند. مانند آزادی‌خواهان افراطی. آزادی‌خواهان تمایل دارند اراده آزاد را به‌عنوان توانایی انجام کار دیگر تعریف کنند. تمام نظریه‌های آزادی‌خواهی هم‌نظر هستند که اراده آزاد مستلزم عدم قطعیت است؛ اما از نظر نوع عدم قطعیت مورد نیاز برای عمل آزاد با هم تفاوت دارند.

آزادی‌خواهی شامل سه زیرمجموعه است. نظریه‌های *رویداد-علتی* تأیید می‌کنند که یک عمل آزاد باید ناشی از رویدادهای قبلی (به‌عنوان مثال، خواسته‌ها، باورها) باشد؛ اما باید به شیوه‌ای غیرقطعی ایجاد شود (دویله ۲۰۱۰؛ کین ۱۹۸۵). نظریه‌های *غیر علی* معتقدند که عمل آزاد باید به‌طور کامل بدون علت (نه با خواسته‌ها و نه با باورها) باشد (پینک ۲۰۱۱) نظریه‌های *عامل-علتی* معتقدند که مردم خود ماهیت پایداری هستند که می‌توانند بدون اینکه رویدادهای قبلی دلیل آنها شوند باعث ایجاد اعمال شوند. (نوعی محرک اصلی بدون حرکت) (اُکنور ۲۰۱۱).

تجدیدنظرطلبی^۲ این دیدگاهی است که می‌گوید شکل خاصی از اراده آزاد وجود دارد، مردم باید به اراده آزاد باور داشته باشند؛ اما شهود معمولی انسان از اراده آزاد باید بازنگری شود (وارگاس ۲۰۰۷). تجدیدنظرطلبان، آزادی‌خواهان سابق هستند که به این باور رسیدند که آزادی آزادی‌خواهان غیرممکن است. با این حال، تجدیدنظرطلبان، برخلاف ناسازگارگرایان افراطی، عنوان نمی‌کنند که باور به اراده آزاد باید کنار گذاشته شود. تجدیدنظرطلبان می‌پذیرند که مردم می‌توانند دارای یک نوع اراده آزاد سازگارگرایانه باشند. همچنین بین تجدیدنظرطلبان و سازگارگرایان تمایز خاصی وجود دارد.

1 desire

2 revisionism

سازگارگرایان بر این باورند که فهم خرد همگانی ما از اراده آزاد با آن سازگار است و به همین دلیل، نیازی به تجدیدنظر در آنچه مردم معتقدند وجود ندارد. از سوی دیگر، تجدیدنظرطلبان معتقدند که شهود انسان از اراده آزاد حاوی باورهای آزادی خواهانه است. با توجه به این، ما باید در شهود عقل سلیم انسان در مورد اراده آزاد، از بین بردن باورهای آزادی خواهانه و تقویت باورهای سازگار با یکدیگر، بازنگری کنیم.

توهم‌گرایی^۱ بیان می‌کند که اراده آزاد وجود ندارد؛ اما جامعه باید توهم باور به اراده آزاد را حفظ کند (اسمیلانسکی ۲۰۰۰). بحث این است که باور به اراده آزاد هم برای فرد و هم برای جامعه مفید است و در صورت سوءاستفاده، عواقب آن می‌تواند مخرب باشد. با این حال افراد ممکن است ایمان خود را به اخلاق، نظم اجتماعی و عزت نفس را از دست بدهند.

ناسازگارگرایی به هر موضعی اطلاق می‌شود که سازگاری اراده آزاد با جبرگرایی را نفی کند. جبرگرایان افراطی، ناسازگارگرایان افراطی، آزادی خواهان، توهم‌گرایان و تجدیدنظرطلبان (تا حدی) همه انواعی از ناسازگارگرایان هستند (جدول ۱-۱).

حالا به روان‌درمانی برگردیم. در هر رویکرد درمانی می‌توان دیدگاه خاصی در مورد اراده آزاد یافت. به عنوان مثال، باور کلی بر این است که روان‌کاوی فروید و رفتاردرمانی اسکینر از جبرگرایی افراطی حمایت می‌کنند، یعنی آنها باور دارند که جبرگرایی درست است و مردم اراده آزاد ندارند.

یک مشکل جدی برای تفسیر دقیق هر نظریه شخصیت عدم صراحت است. اکثر نظریه‌پردازان شخصیت هرگز موضع خود را در مورد اراده آزاد به صراحت بیان نمی‌کنند که این باعث ایجاد سردرگمی می‌شود و فضای زیادی را برای گمانه‌زنی فراهم می‌کند.

به عنوان مثال موضع اسکینر را در نظر بگیرید. همان‌طور که پیش از این گفتم، گسترده‌ترین باور این است که اسکینر یک فرد جبرگرای افراطی بود که هم اراده آزاد و هم مسئولیت اخلاقی را رد می‌کرد (بیگلن ۱۹۷۸)؛ اما برخی هم استدلال می‌کنند که زمانی که اراده آزاد هم با جبرگرایی و هم با روش‌های کنترل پنهان بدون محدودیت سازگار باشد دیدگاه اسکینر مظهر سازگارگرایی افراطی است (کین، ۱۹۹۶، ۶۷).

به عنوان مثال، «والدن دو»^۲، پروژه اسکینر از یک جامعه کامل، می‌تواند به عنوان نمونه بارز یک جامعه سازگارگرایی افراطی در نظر گرفته شود. از یک سو، ما افرادی داریم که از بدو تولد به طور مخفیانه و عمدانه توسط دیگران کنترل شده‌اند. از سوی دیگر اما این امر مانع از آزادی‌های مختلف آنها نمی‌شود (به عنوان مثال، هر طور که می‌خواهند رفتار کنند).

جدول ۱-۱ تفاوت‌های میان پنج دیدگاه اصلی در مورد اراده آزاد را خلاصه می‌کند؛ جبرگرایی افراطی، ناسازگارگرایی افراطی، سازگارگرایی، آزادی‌خواهی و تجدیدنظرطلبی.

آیا از نظر اخلاقی مسئولیم؟	آیا اراده آزاد داریم؟	آیا اراده آزاد با جبرگرایی سازگار است؟	آیا جبرگرایی درست است؟
-	-	-	+
-	-	-	-
+	+	+	+
نیمی از سازگارگرایان مخالفاند			
+	+	-	-
+	+	+	-
بله ولی به تجدیدنظر نیاز داریم			

یکی از بحث‌های اصلی من در این کار این خواهد بود که بگویم به نظر می‌رسد سازگارگرایی، دیدگاه اصلی در مورد اراده آزاد، در بین رویکردهای مشاوره است و در صورت صحت، طبیعی است که انتظار داشته باشیم روان‌درمانی یکپارچه‌نگر (و نظریه یکپارچه شخصیت) از سازگارگرایی حمایت کند.

۴-۱ تعریف اراده آزاد

همان‌طور که پیش از این ذکر شد، هیچ تعریف عمومی پذیرفته‌شده‌ای از اراده آزاد وجود ندارد. یک دیدگاه رایج این است که اراده آزاد را با توانایی انتخاب مرتبط می‌دانیم. به عنوان مثال، یکی از تحقیقات نشان می‌دهد که برای افراد معمولی باور به اراده آزاد با انتخاب کردن ارتباط دارد (فلدمن و همکاران ۲۰۱۴). همچنین مشخص شد هرچه افراد بیشتر به اراده آزاد باور داشته باشند، بیشتر از توانایی خود در انتخاب لذت می‌بردند و برای توانایی تصمیم‌گیری‌شان ارزش قائل خواهند بود.

با وجود این، ما بلافاصله با مشکلی روبه‌رو می‌شویم؛ به‌طور خاص چه نوع انتخابی؟ اصطلاح انتخاب یک عامل مبهم و بحث‌برانگیز است و ما هیچ درک عمومی از آنچه برای انتخاب آزادانه لازم است نداریم. هوندریچ در این مورد اظهارنظر می‌کند: ما حتی یک ایده ثابت نداریم، اگر انتخابی آزادانه به حساب آید چه چیزی باید درست باشد و زبان رایج ما چنین ایده واحدی را شامل نمی‌شود. موضوع این است که «آزادی» و بسیاری از اصطلاحات مرتبط با آن، به‌طور نظام‌مندی مبهم هستند

(۲۰۰۲، ۱۱۲).

به عنوان مثال، افراد ناسازگارگرا تمایل دارند که انتخاب آزاد را به عنوان امکان «آزادی عمل» درک کنند. با توجه به اینکه رویدادها و قوانین گذشته طبیعت یکسان باقی می‌مانند، انتخاب آزادانه نیازمند توانایی انجام اقدامات دیگر است. به عبارت دیگر، فرد باید بتواند «الف» را به همان اندازه انتخاب کند که «ب» را در زمان «ت» انتخاب می‌کند؛ زیرا همه شرایط بدون تغییر باقی می‌ماند. فرض کنید آقای الف تصمیم می‌گیرد یک فنجان چای درست کند. بر اساس تز ناسازگارگرایی، آقای «الف» تنها در صورتی انتخاب می‌کند (توضیح مترجم: تنها در صورتی اراده آزاد دارد) که حداقل دو جایگزین ممکن برای عمل در زمان «ت» داشته باشد. به عنوان مثال، او می‌تواند به طور یکسان تصمیم بگیرد که یک فنجان چای یا یک فنجان قهوه دم کند. اگر آقای الف می‌توانست تنها یک کار انجام دهد، ناسازگارگرایان استدلال می‌کردند که انتخاب آقای الف در واقع یک توهم است. از آنجا که هیچ جایگزینی در دسترس نیست، آقای الف نمی‌تواند از کاری که انجام می‌دهد گریزی داشته باشد.

با این حال، برخی از آزادی‌خواهان استدلال می‌کنند که اراده آزاد دلالت بر یک انتخاب «تکه تکه» دارد. در یک انتخاب گسیخته، فرد برابری دو یا چند گزینه را تجربه می‌کند، به این معنا که برای دو یا چند عامل به یک اندازه دلایل خوب وجود دارد؛ به همین دلیل، فرد نمی‌تواند گزینه‌ای را انتخاب کند، افراد تضاد تمایلات را احساس می‌کنند و «گسیختگی» (نامشخص و مردد بودن) را تا لحظه انتخاب تجربه می‌کنند. فرد ممکن است بگوید: من دلایل یکسانی برای تهیه چای و قهوه دارم؛ در هر صورت می‌توانم تصمیم بگیرم، فقط باید انتخاب کنم (بالاگوتر ۲۰۱۲، ۷۵؛ کین ۱۹۹۶، ۱۳۰).

در مقابل، سازگارگرایان تمایل دارند که انتخاب آزاد را به عنوان توانایی انتخاب «صریح» تعریف کنند. به طور کلی، یک انتخاب صریح به توانایی شناسایی بهترین روش عمل و تحقق آن اشاره دارد. البته که فرد می‌تواند قبل از انتخاب تصمیم‌گیری کند، شک کند و دودل باشد. با این حال، انتظار می‌رود که سرانجام فرد قاطعانه تعیین کند که می‌خواهد چه کاری انجام دهد و عاملانه عمل کند. دوباره به مثال ما فکر کنید؛ آقای الف چند مورد از آنچه می‌تواند انجام دهد را تصور می‌کند، او این سناریوها را بررسی می‌کند و سپس تصمیم می‌گیرد یک فنجان چای دم کند. او ممکن است بگوید: «این گزینه در این شرایط بهترین انتخاب است و من به هیچ جایگزین دیگری نیاز ندارم» (دنت ۱۹۸۴، ۱۳۳؛ ولف ۱۹۹۰، ۵۵).

چگونه مردم می‌توانند در مورد ایده انتخاب آزاد تا این حد متفاوت فکر کنند؟ در حقیقت، شواهدی وجود دارد که نشان می‌دهد اختلاف بین بنیاد سازگارگرایان و ناسازگارگرایان ریشه‌های روانی دارد. به عنوان مثال، یک مطالعه ارتباط بین تفاوت‌های فردی و بینشی آزادانه را پیدا کرده است (فلتز و کوکلی ۲۰۰۹). آن دسته افراد با ویژگی برون‌گرایی شدید تمایل به انتخاب پاسخ‌های