فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۳۰، شماره ۳۴، پائیز ۱۴۰۵

آزادی و جبر روان‌شناختی در روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال (EISTDP): یک بررسی نظری

بهنام زارعی[۱] و نصراله عرفانی[۲*]
۱مرکز مشاوره و خدمات روان‌شناختی جهاد دانشگاهی واحد همدان، همدان، ایران
۲گروه روانشناسی، دانشکده علوم تربیتی، دانشگاه پیام نور، تهران، ایران
*نویسنده مسئول:erfani@pnu.ac.ir

چکیده

رابطه میان آزادی اراده و جبر روان‌شناختی از مسائل بنیادین در فهم رفتار انسان و فرایند تغییر در روان‌درمانی به شمار می‌رود. پژوهش حاضر با هدف بررسی نظری این رابطه در چارچوب روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال(EISTDP) ، با تأکید بر نقش فرایندهای ناهشیار، دفاع‌های روان‌شناختی و نظام سازه‌های شخصی انجام شده است. این پژوهش از نوع نظری ـ مفهومی است و با اتکا به مطالعه و تحلیل گزینشی منابع علمی مرتبط با آزادی اراده، عاملیت روان‌شناختی، فرایندهای ناهشیار، دفاع‌های روان‌شناختی و نظریه سازه‌های شخصی صورت گرفته است. تحلیل مفهومی نشان می‌دهد که محدودیت‌های روان‌شناختی انتخاب را می‌توان در پیوند احتمالی میان نظام سازه‌های شخصی، تعارض‌های هیجانی و فرایندهای دفاعی تبیین کرد. بر این اساس، برخی سازه‌های شخصی ممکن است در شرایط خاص، علاوه بر سازمان‌دهی معنا و پیش‌بینی تجربه، واجد کارکردهای دفاعی نیز باشند و از این طریق، دسترسی فرد به برخی گزینه‌های رفتاری را محدود یا پذیرش آن‌ها را دشوار سازند. در مقابل، آگاهی از این فرایندها و شناخت الگوهای ناهشیار و دفاعی می‌تواند زمینه گسترش ظرفیت انتخاب و تقویت عاملیت روان‌شناختی را فراهم آورد. چارچوب نظری پیشنهادی، عاملیت روان‌شناختی را بر اساس ظرفیت فرد برای تشخیص، ارزیابی و انتخاب میان گزینه‌های رفتاری بررسی می‌کند، بی‌آنکه درباره وجود یا فقدان آزادی اراده موضعی قطعی اتخاذ کند. در نهایت، روابط مطرح‌شده، به‌ویژه پیوند میان سازه‌های شخصی، کارکردهای دفاعی و ظرفیت انتخاب، در حد فرضیه‌های نظری باقی می‌مانند و اعتبارسنجی آن‌ها مستلزم انجام پژوهش‌های تجربی است.

واژه‌های کلیدی: آزادی اراده، جبر روان‌شناختی، عاملیت روان‌شناختی، روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال، نظریه سازه‌های شخصی.

مقدمه

آزادی و جبر از مسائل مهم در بررسی رابطه میان فرایندهای روان‌شناختی، تصمیم‌گیری و مسئولیت انسان‌اند. در روان‌درمانی، این مسئله اهمیت ویژه‌ای پیدا می‌کند؛ زیرا برداشت درمانگر از آزادی و اختیار می‌تواند بر نحوه فهم رفتار مراجع و اهدافی که برای تغییر روان‌شناختی در نظر گرفته می‌شوند، تأثیر بگذارد. مرور پژوهش‌های مربوط به دیدگاه روان‌پزشکان درباره اراده آزاد نشان می‌دهد که باورهای متخصصان سلامت روان در این زمینه با برداشت آنان از مسئولیت، خودمختاری و شیوه کار بالینی ارتباط دارد؛ هرچند نویسندگان،

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

محدودیت شواهد موجود و ابهام در تعریف اراده آزاد را نیز یادآور می‌شوند (اسمیت[1] و همکاران، ۲۰۲۳). بنابراین، بررسی آزادی در روان‌درمانی مستلزم روشن‌کردن معنای اختیار و نسبت آن با عوامل مؤثر بر رفتار انسان است.

این مسئله در روان‌درمانی اگزیستانسیال نیز جایگاه مهمی دارد. دغدغه‌هایی مانند آزادی، معنا، مرگ و انزوا از موضوعات مرتبط با تجربه وجودی انسان در روان‌درمانی‌اند و می‌توانند در تجربه و مسائل مطرح‌شده از سوی مراجعان حضور داشته باشند (شانیپکه و مک‌کی[2]، ۲۰۲۳). افزون بر این، مرور پژوهش‌های مربوط به درمان‌های اگزیستانسیال نشان می‌دهد که این حوزه شامل رویکردهای متنوعی است که مفاهیم و شیوه‌های درمانی یکسانی ندارند؛ ازاین‌رو، نباید همه آن‌ها را واجد یک صورت‌بندی نظری واحد درباره آزادی و مسئولیت دانست (وس[3]، ۲۰۲۳). در نتیجه، بررسی آزادی در چارچوب یک مدل مشخص، مستلزم روشن‌کردن مفروضات همان مدل و چگونگی ارتباط آن‌ها با فرایندهای روان‌شناختی است.

پژوهش‌های مربوط به تصمیم‌گیری و اراده آزاد در مقابل، نشان می‌دهند که فرایندهای ناهشیار می‌توانند بر تصمیم‌های انسان تأثیر بگذارند. بااین‌حال، از وجود چنین تأثیرهایی نمی‌توان مستقیماً نتیجه گرفت که تمام انتخاب‌های انسان فاقد آزادی‌اند. پژوهش‌های مربوط به تأثیر فرایندهای ناهشیار بر تصمیم‌گیری، استدلال می‌کنند که این تأثیرها ممکن است میزان کنترل فرد یا حساسیت تصمیم‌های او به دلایل را در موقعیت‌های مشخص محدود کنند، بی‌آنکه به‌خودی‌خود وجود آزادی اراده را به‌طور کلی نفی کنند. همچنین، مرور گسترده پژوهش‌های علوم اعصاب درباره اراده نشان می‌دهد که تفسیر یافته‌های مربوط به فعالیت مغزی پیش از کنش ارادی با مسائل روش‌شناختی و مفهومی همراه است و برای نتیجه‌گیری درباره اراده آزاد باید این محدودیت‌ها را در نظر گرفت (مودریک[4] و همکاران، ۲۰۲۲).

این تمایز برای روان‌درمانی اهمیت دارد: تأثیرپذیری انتخاب از فرایندهای ناهشیار با اثبات جبر کامل روان‌شناختی یکسان نیست. در عین حال، وجود امکان انتخاب نیز به‌تنهایی نشان نمی‌دهد که فرد در همه موقعیت‌ها از ظرفیت یکسانی برای تشخیص و پیگیری گزینه‌های مختلف برخوردار است. بر اساس پژوهشی، می‌توان میان پرسش کلی درباره وجود آزادی اراده و پرسش محدودتر درباره میزان آزادی یا کنترل در شرایط مشخص تمایز گذاشت. این تمایز امکان بررسی دقیق‌تری را فراهم می‌کند: به‌جای آن‌که از ابتدا انسان را کاملاً

[1] - Smith
[2] - Schnipke, & MacKay
[3] - Vos
[4] - Dominik

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

آزاد یا کاملاً مجبور فرض کنیم، می‌توان پرسید فرایندهای روان‌شناختی چگونه بر امکان انتخاب در موقعیت‌های معین تأثیر می‌گذارند (مودریک و همکاران، ۲۰۲۲).

این پرسش در چارچوب روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال[1] اهمیت نظری خاصی پیدا می‌کند. در این مدل، دغدغه‌های وجودی، نظریه سازه‌های شخصی کلی و مفاهیم روان‌پویشی در قالب یک صورت‌بندی فرایندمحور به یکدیگر مرتبط شده‌اند. سازه‌های شخصی برای توضیح چگونگی سازمان‌یافتن معنا و تفسیر تجربه به کار می‌روند و مفاهیم روان‌پویشی برای صورت‌بندی روابط احتمالی میان هیجان، اضطراب، تعارض و دفاع مورد استفاده قرار می‌گیرند. همچنین، این فرضیه مطرح شده است که برخی سازه‌های شخصی ممکن است در شرایط خاص رشدی و بین‌فردی، علاوه بر کارکردهای معنابخش و پیش‌بینی‌کننده خود، کارکردی دفاعی نیز پیدا کنند. این پیشنهاد، فرضیه نظری نویسندگان مدل است و نه ادعایی که در نظریه اصلی کلی مطرح شده باشد؛ همچنین، سازه‌های شخصی در این صورت‌بندی با مکانیسم‌های دفاعی یکسان تلقی نمی‌شوند (زارعی و عرفانی، ۲۰۲۶).

می‌توان مسئله آزادی را با توجه به این صورت‌بندی در EISTDP از زاویه‌ای مشخص بررسی کرد: اگر سازه‌های شخصی در چگونگی تفسیر تجربه و سازمان‌دهی معنا نقش داشته باشند و برخی از آن‌ها در شرایط خاص با فرایندهای دفاعی ارتباط پیدا کنند، آیا این سازمان‌یافتگی می‌تواند بر امکان‌هایی که فرد برای انتخاب در نظر می‌گیرد تأثیر بگذارد؟ برای مثال، ممکن است فردی نیاز به دیگری را نشانه ضعف تلقی کند و در موقعیت‌های مرتبط با صمیمیت یا درخواست کمک، با تعارض یا اضطراب مواجه شود. در چنین مثالی، می‌توان به‌صورت فرضی بررسی کرد که آیا این معنای شخصی و واکنش‌های همراه آن با محدودشدن گزینه‌های قابل‌تصور یا قابل‌تحمل فرد ارتباط دارند. البته این مثال صرفاً برای روشن‌کردن پرسش نظری است و به‌خودی‌خود شاهد تجربی برای چنین رابطه‌ای محسوب نمی‌شود.

مسئله آزادی در EISTDP را بر این اساس، نمی‌توان صرفاً با تأکید بر مسئولیت اگزیستانسیال یا با اشاره به تأثیر فرایندهای ناهشیار حل‌شده تلقی کرد. تأکید بر فرایندهای ناهشیار و دفاعی از یک سو، لزوم بررسی محدودیت‌های روان‌شناختی انتخاب را مطرح می‌کند؛ از سوی دیگر، برای نتیجه‌گیری درباره نفی آزادی باید استدلالی فراتر از اثبات وجود این تأثیرها ارائه شود. مسئله اصلی این است که میان عوامل شکل‌دهنده تجربه و رفتار و ظرفیت فرد برای انتخاب و تغییر، چه رابطه‌ای می‌توان صورت‌بندی کرد؟ پژوهشی نشان می‌دهد که بحث اراده آزاد در زمینه سلامت روان صرفاً موضوعی نظری نیست و با مفاهیمی مانند خودمختاری،

[1] - Existential Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy: EISTDP

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

عاملیت و مسئولیت در عمل بالینی ارتباط پیدا می‌کند (اسمیت و همکاران، ۲۰۲۳)؛ بااین‌حال، این ارتباط به‌تنهایی موضع نظری مشخصی را درباره آزادی درEISTDP اثبات نمی‌کند.

هدف مقاله حاضر، بررسی نظری مسئله آزادی و جبر روان‌شناختی در چارچوب EISTDP و تحلیل نسبت احتمالی میان فرایندهای ناهشیار، سازمان‌یافتن معنا از طریق سازه‌های شخصی و ظرفیت انتخاب انسان است. پرسش اصلی مقاله چنین صورت‌بندی می‌شود که چگونه در چارچوب EISTDP می‌توان رابطه میان فرایندهای ناهشیار و دفاعی و امکان آزادی و عاملیت انسان را توضیح داد؟

سهم نظری مقاله، بسط مدل مفهومی پیشین EISTDP از طریق بررسی صریح مسئله آزادی و جبر روان‌شناختی است. در این بررسی، میان تأثیر فرایندهای ناهشیار بر انتخاب و تعیین‌شدن کامل انتخاب‌ها تمایز گذاشته می‌شود؛ همچنین، این امکان بررسی خواهد شد که آیا سازمان‌یافتگی سازه‌های شخصی و ارتباط احتمالی برخی از آن‌ها با فرایندهای دفاعی می‌تواند برای توضیح محدودیت‌های انتخاب در تجربه فرد مفید باشد. در نهایت، مقاله بررسی می‌کند که آیا می‌توان ظرفیت انتخاب را در این چارچوب به‌صورت مفهومی پویا و وابسته به شرایط روان‌شناختی فهم کرد. این پیشنهادها در سطح نظری باقی می‌مانند و نباید با یافته تجربی درباره سازوکارهای اختصاصی EISTDP یا اثربخشی درمانی آن اشتباه گرفته شوند.

روش‌شناسی

پژوهش حاضر یک مطالعه نظری ـ مفهومی است که با هدف بررسی رابطه میان آزادی و جبر روان‌شناختی در چارچوب روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال انجام شده است. روش کار بر مطالعه و تحلیل گزینشی منابع علمی مرتبط با موضوع پژوهش استوار بوده است. منابع بر اساس ارتباط محتوایی آن‌ها با مسئله اصلی مقاله و نقش آن‌ها در تبیین مبانی نظری آزادی، عاملیت انسان، فرایندهای ناهشیار و دفاع‌های روان‌شناختی انتخاب شده‌اند.

ابتدا در فرایند تحلیل، مفاهیم و دیدگاه‌های نظری مرتبط با آزادی و جبر روان‌شناختی بررسی شده‌اند. سپس، نسبت میان تأثیر فرایندهای ناهشیار بر انتخاب و رفتار انسان و امکان اعمال عاملیت فردی تحلیل شده است. در ادامه، این مباحث در ارتباط با مبانی نظری EISTDP، به‌ویژه نقش تعارض‌های هیجانی، اضطراب، دفاع‌های روان‌شناختی و نظام سازه‌های شخصی، بررسی شده‌اند. در نهایت، با اتکا به تحلیل مفهومی منابع و چارچوب نظری پیشین EISTDP، صورت‌بندی پیشنهادی مقاله درباره رابطه میان فرایندهای ناهشیار، محدودیت‌های روان‌شناختی و ظرفیت انسان برای انتخاب و تغییر ارائه شده است.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

پژوهش حاضر از آنجا که ماهیتی نظری ـ مفهومی دارد، داده‌های میدانی گردآوری نشده و از روش‌های آماری استفاده نشده است. همچنین، صورت‌بندی ارائه‌شده یک پیشنهاد نظری است و اعتبار تجربی آن در این مقاله آزموده نشده است؛ بنابراین، ارزیابی تجربی مفروضات و روابط پیشنهادی به پژوهش‌های آینده واگذار می‌شود.

یافته‌ها

الف-روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال

روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال چارچوبی مفهومی است که با تلفیق مؤلفه‌هایی از روان‌درمانی اگزیستانسیال، روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت فشرده[1] و نظریه سازه‌های شخصی جورج کلی، به بررسی ارتباط میان تعارض‌های هیجانی، فرایندهای ناهشیار و مسائل بنیادین وجود انسان می‌پردازد. در این چارچوب، تجربه‌هایی مانند آزادی، مسئولیت، معنا، تنهایی، مرگ و هویت صرفاً موضوعاتی فلسفی نیستند، بلکه می‌توانند در بستر تعارض‌های هیجانی و الگوهای رابطه‌ای فرد نیز بررسی شوند. از سوی دیگر، نظریه سازه‌های شخصی به تبیین چگونگی سازمان‌دهی معنا و پیش‌بینی تجربه کمک می‌کند و امکان بررسی نقش برداشت‌های فرد از خود، دیگران و روابط را در شکل‌گیری مشکلات روان‌شناختی فراهم می‌سازد (زارعی و عرفانی، ۲۰۲۶).

نکته محوری در مدل مفهومی EISTDP، فرضیه ارتباط احتمالی میان نظام سازه‌های شخصی و فرایندهای دفاعی است. بر این اساس، برخی سازه‌های شخصی ممکن است در شرایط خاص، علاوه بر نقش خود در معنابخشی و پیش‌بینی رویدادها، با کارکردهای دفاعی نیز پیوند پیدا کنند؛ برای مثال، فردی که وابستگی را معادل ضعف می‌داند، ممکن است در موقعیت‌های صمیمانه از بیان نیازهای عاطفی خود اجتناب کند. در چنین وضعیتی، معنایی که فرد به وابستگی نسبت می‌دهد، می‌تواند با اضطراب و تعارض هیجانی ارتباط پیدا کند و بر شیوه پاسخ‌گویی او به موقعیت‌های بین‌فردی تأثیر بگذارد. بااین‌حال، سازه‌های شخصی و دفاع‌های روان‌شناختی مفاهیمی متمایزند و این ارتباط پیشنهادی را نباید سازوکاری اثبات‌شده یا رابطه‌ای ضروری میان آن‌ها تلقی کرد (زارعی و عرفانی، ۲۰۲۶).

این چارچوب در ارتباط با موضوع آزادی و جبر روان‌شناختی، امکان طرح این پرسش را فراهم می‌کند که آیا فرایندهای ناهشیار، تعارض‌های هیجانی و سازمان‌یافتگی معنا می‌توانند دامنه انتخاب‌هایی را که فرد در موقعیت‌های مشخص قابل‌دسترس یا قابل‌تحمل می‌یابد، محدود کنند. از این منظر، بررسی و شناخت ارتباط

[1]- ISTDP

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

میان سازه‌های شخصی، اضطراب و دفاع‌ها ممکن است به فهم دقیق‌تر محدودیت‌های روان‌شناختی عاملیت کمک کند. بااین‌حال، این دیدگاه به معنای نفی آزادی اراده یا اثبات نقش درمانی مشخصی برای بازنگری در سازه‌های شخصی نیست؛ بلکه صورت‌بندی نظری‌ای است که روابط پیشنهادی آن و پیامدهای احتمالی‌اش برای فرایند درمان باید در پژوهش‌های آینده بررسی شوند.

ب-مسئله آزادی

یکی از چالش‌های تلفیق روان‌درمانی اگزیستانسیال و پویشی، تعیین نسبت میان آزادی و جبر روان‌شناختی است. از منظر اگزیستانسیال، انسان صرفاً دریافت‌کننده منفعل شرایط نیست، بلکه می‌تواند نسبت خود را با وضعیت موجود تعیین و در قبال شیوه پاسخ‌دادن به آن مسئول باشد (گروارت و دلگادو-کارسیا[1]، ۲۰۲۳). در مقابل، رویکردهای پویشی بر نقش فرایندهای خارج از آگاهی مستقیم در شکل‌دهی به شناخت، هیجان و رفتار تأکید دارند؛ اصلی که پژوهش‌های معاصر نیز آن را تأیید می‌کنند، هرچند درباره میزان و سازوکار این تأثیر اختلاف‌نظر وجود دارد (لئوناردی[2] و همکاران، ۲۰۲۱). بنابراین، مسئله اصلی نه وجود فرایندهای ناهشیار، بلکه نسبت آن‌ها با آزادی و عاملیت است.

آزادی انسانی را نمی‌توان به معنای استقلال کامل از علل پیشین یا محدودیت‌های زیستی، تاریخی، اجتماعی و روان‌شناختی دانست؛ انسان همواره در شرایط معینی انتخاب می‌کند. در رویکردهای اگزیستانسیال، آزادی بیشتر به امکان انتخاب و موضع‌گیری نسبت به شرایط موجود اشاره دارد تا فقدان هرگونه محدودیت (کهن[3]، ۱۹۸۴؛ وس، ۲۰۲۳). صورت‌بندی‌های سازگارگرایانه[4] نیز آزادی را در امکان عمل بر اساس خواست‌ها و دلایل خود، بدون اجبار تعیین‌کننده، مفهوم‌پردازی می‌کنند (پراست[5]، ۲۰۱۴؛ چوبی[6]، ۲۰۲۵).

وجود فرایندهای ناهشیار نیز از این منظر، لزوماً به معنای تعیین کامل رفتار نیست. یافته‌های مربوط به فعالیت مغزی پیش از آگاهی از تصمیم، همچون پژوهش‌های مبتنی بر پارادایم لیبت[7]، به‌تنهایی نشان نمی‌دهند که تصمیم‌های آگاهانه کاملاً از پیش توسط فرایندهای ناهشیار تعیین شده‌اند (دمینیک[8] و همکاران، ۲۰۲۴).بنابراین، باید میان تأثیرگذاری و تعیین‌کنندگی کامل تمایز گذاشت؛ فرایندهای ناهشیار می‌توانند درجه

[1] - Gruart, & Delgado-García
[2] - Leonardi
[3] - Cohn
[4] - Compatibilist
[5] - Proust
[6] - Chaubey
[7] - Libet Paradigm
[8] - Dominik

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

کنترل فرد بر رفتار را تغییر دهند، بدون آن‌که لزوماً امکان عاملیت را از میان ببرند (مودریک[1] و همکاران، ۲۰۲۲).

تعارض‌های هیجانی، دفاع‌ها، بازنمایی‌های درونی‌شده و الگوهای رابطه‌ای در صورت‌بندی‌های پویشی، می‌توانند بر اینکه فرد چه چیزی را تهدید تلقی کند، به چه چیزی میل پیدا کند و از چه چیزی اجتناب کند اثر بگذارند (لوندوسکی[2] و همکاران، ۲۰۲۳). برای مثال، فرد ممکن است آگاهانه خواهان صمیمیت باشد، اما فعال‌شدن نظام دلبستگی و راهبردهای دفاعی اجتنابی به فاصله‌گیری هیجانی، کاهش پردازش اطلاعات عاطفی یا مهار تجربه‌های وابستگی منجر شود (میکولیسر و شاور[3]، ۲۰۱۹؛ ریچاردسون[4] و همکاران، ۲۰۲۳). در چنین وضعیتی، فرد فاقد انتخاب نیست؛ بلکه فرایندهای ناهشیار و دفاعی می‌توانند دامنه پاسخ‌هایی را که برای او قابل‌تحمل یا در دسترس تجربه می‌شوند محدود کنند (مودریک و همکاران، ۲۰۲۲؛ لوندوسکی و همکاران، ۲۰۲۳). بنابراین، ناهشیار لزوماً انتخاب را حذف نمی‌کند، بلکه می‌تواند میدان انتخاب را محدود کند.

اگر بخشی از محدودیت انتخاب ناشی از فرایندهایی باشد که فرد نسبت به آن‌ها آگاهی کافی ندارد، افزایش آگاهی می‌تواند ظرفیت عاملیت و پاسخ‌دهی انعطاف‌پذیرتر را افزایش دهد (گورلین و بکس[5]، ۲۰۲۱). این دیدگاه با پژوهش‌های روان‌درمانی پویشی نیز هم‌خوان است؛ زیرا افزایش بینش نسبت به فرایندهای ناهشیار و پیش‌آگاهانه از فرایندهای مورد مطالعه تغییر در این رویکرد است (لایچسنرین[6] و همکاران، ۲۰۲۳؛ زیلچا–مانو[7] و همکاران، ۲۰۲۳). بااین‌حال، آگاهی شناختی به‌تنهایی الزاماً الگوهای تثبیت‌شده را تغییر نمی‌دهد؛ تجربه و بررسی زنده الگوهای هیجانی و رابطه‌ای، از جمله نحوه فعال‌شدن آن‌ها در رابطه درمانی نیز اهمیت دارد (لایچسنرین و همکاران، ۲۰۲۳).

ازاین‌رو، هدف روان‌درمانی را نمی‌توان «رهایی از ناهشیار» دانست؛ ناهشیاری بخشی طبیعی از تصمیم‌گیری انسان است و لزوماً با آسیب‌شناسی یا فقدان اختیار مترادف نیست (لئوناردی و همکاران، ۲۰۲۱). مسئله اصلی، کاهش سلطه انعطاف‌ناپذیر الگوهای ناهشیار بر تجربه و رفتار است. برای مثال، شناسایی و تحمل ترس از طردشدن، میل به عقب‌نشینی و هیجان مرتبط با آن، فرد را از تاریخچه روانی‌اش رها نمی‌کند، بلکه نسبت او

1 - Mudrik
2 - Levendosky
3 - Mikulincer
4 - Richardson
5 - Gorlin, & Békés
6 - Leichsenring
7 - Zilcha-Mano

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

را با این فرایندها تغییر داده و امکان تأمل و پاسخ‌های متفاوت را افزایش می‌دهد؛ این برداشتی همسو با مفهوم «عاملیت از طریق آگاهی[1]» است (گرلین و بکس، ۲۰۲۱).

فرد بر این اساس، نه کاملاً آزاد و نه کاملاً تعیین‌شده است. انتخاب‌های او درون محدودیت‌های زیستی، تحولی، رابطه‌ای، اجتماعی و روان‌شناختی شکل می‌گیرند، اما این محدودیت‌ها لزوماً عاملیت را از میان نمی‌برند. بنابراین آزادی در مدل حاضر، به معنای استقلال مطلق انتخاب از علل پیشین نیست، بلکه ظرفیتی پویا برای آگاهی، تأمل، انتخاب و پاسخ‌گویی نسبت به شرایط و فرایندهای درونی است (هجلسن[2]، ۲۰۲۴؛ گرلین و بکس، ۲۰۲۱).

روان‌درمانی پویشی در این چارچوب، با افزایش آگاهی، بینش و تجربه هیجانی به فرد کمک می‌کند فرایندهایی را که پیش‌تر به‌صورت خودکار تجربه و رفتار او را سازمان می‌دادند، آگاهانه‌تر بررسی کند (لایچسرین و همکاران، ۲۰۲۳). از منظر اگزیستانسیال، این فرایند می‌تواند در سطح عاملیت، انتخاب و نحوه موضع‌گیری فرد نسبت به شرایط موجود بازخوانی شود (وس، ۲۰۲۳). بنابراین، آزادی در مدل حاضر نقطه مقابل ناهشیاری نیست، بلکه پیامد بالقوه افزایش آگاهی و عاملیت نسبت به فرایندهای ناهشیار تلقی می‌شود (گرلین و بکس، ۲۰۲۱). بااین‌حال، «گسترش میدان انتخاب» در این مدل یک استنباط نظری از ترکیب عاملیت، آگاهی و فرایندهای روان‌پویشی است و نباید به‌عنوان رابطه‌ای علّی یا متغیری که مستقیماً اثبات شده است مطرح شود. بر اساس مباحث پیشین، می‌توان رابطه میان آزادی و جبر روان‌شناختی را در سطح بالینی از طریق بررسی شرایطی صورت‌بندی کرد که بر دامنه انتخاب‌های در دسترس فرد تأثیر می‌گذارند. در این صورت‌بندی، نظام سازه‌های شخصی در نحوه تفسیر موقعیت‌ها و پیش‌بینی پیامدهای احتمالی نقش دارد؛ فرایندهای هیجانی و ناهشیار ممکن است بر تجربه فرد از موقعیت اثر بگذارند و پاسخ‌های دفاعی می‌توانند در برخی شرایط به اجتناب از تجربه‌های هیجانی دشوار منجر شوند. ارتباط پیشنهادی این فرایندها با محدودیت عاملیت، موضوع تحلیل نظری مقاله حاضر است و نباید با یک مدل علّی اثبات‌شده اشتباه گرفته شود.

محدودیت روان‌شناختی انتخاب را بر این مبنا، می‌توان نه صرفاً به‌عنوان فقدان آزادی، بلکه به‌عنوان وضعیتی بررسی کرد که در آن برخی گزینه‌ها به‌دلیل معنای شخصی، اضطراب یا پاسخ‌های دفاعی، کمتر قابل‌تشخیص، قابل‌تحمل یا قابل‌اجرا هستند. افزایش آگاهی در مقابل، از این فرایندها ممکن است به فرد کمک کند تا میان تجربه هیجانی، تفسیر شخصی و پاسخ رفتاری خود تمایز بیشتری قائل شود و امکان بررسی پاسخ‌های جایگزین را پیدا کند. بااین‌حال، این‌که این فرایند در عمل تا چه اندازه به افزایش عاملیت منجر می‌شود،

[1] - Agency through awareness
[2] - Hejlesen

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

نیازمند بررسی تجربی است و از مبانی نظری به‌تنهایی قابل نتیجه‌گیری نیست (هویتدوست[1] و همکاران، ۲۰۲۰؛ مودریک و همکاران، ۲۰۲۲).

بنابراین، چارچوب مفهومی EISTDP بر سه تمایز اساسی استوار است: نخست، تأثیر فرایندهای ناهشیار بر تصمیم‌گیری با نفی کلی آزادی اراده یکسان نیست؛ دوم، سازه‌های شخصی و دفاع‌های روان‌شناختی مفاهیمی متمایزند و ارتباط احتمالی آن‌ها باید به‌صورت نظری و تجربی بررسی شود؛ و سوم، امکان افزایش عاملیت از طریق شناخت بهتر فرایندهای روان‌شناختی، فرضیه‌ای درباره ظرفیت تغییر است، نه نتیجه‌ای قطعی درباره حل مسئله فلسفی اراده آزاد.

این صورت‌بندی تلاش می‌کند میان آزادی و محدودیت روان‌شناختی رابطه‌ای قابل‌بررسی برقرار کند، بی‌آن‌که انسان را کاملاً مستقل از عوامل روان‌شناختی یا کاملاً مقهور آن‌ها فرض کند. در نتیجه، پرسش محوری برای EISTDP آن است که فرایندهای درمانی چگونه می‌توانند به شناخت دقیق‌تر رابطه میان معنای شخصی، تعارض هیجانی و دفاع‌ها کمک کنند و آیا این شناخت در شرایط مشخص با گسترش ظرفیت فرد برای انتخاب و پاسخ‌گویی انعطاف‌پذیر همراه می‌شود.

بحث و نتیجه‌گیری

مسئله آزادی و جبر روان‌شناختی در روان‌درمانی مستلزم تمایز میان تأثیر فرایندهای ناهشیار بر تصمیم‌گیری و نفی کلی آزادی اراده است. فرایندهای ناهشیار ممکن است در موقعیت‌های مشخص، میزان کنترل فرد بر رفتار یا پاسخ‌گویی تصمیم‌های او به دلایل را محدود کنند؛ بااین‌حال، وجود چنین تأثیرهایی به‌تنهایی برای نفی کلی آزادی اراده کافی نیست (مودریک و همکاران، ۲۰۲۲). همچنین، باور متخصصان سلامت روان درباره اراده آزاد می‌تواند با برداشت آنان از خودمختاری، عاملیت و مسئولیت و نحوه مواجهه بالینی با مراجعان ارتباط داشته باشد (اسمیت و همکاران، ۲۰۲۳). بنابراین، بررسی آزادی در روان‌درمانی نه‌تنها مسئله‌ای فلسفی، بلکه موضوعی مرتبط با فهم فرایند تغییر روان‌شناختی است.

مقاله حاضر در چارچوب روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال، این مسئله را با تمرکز بر ارتباط احتمالی میان نظام سازه‌های شخصی، فرایندهای ناهشیار و ظرفیت انتخاب بررسی کرد. در مدل مفهومی پیشین، این فرضیه مطرح شده است که برخی سازه‌های شخصی ممکن است در شرایط خاص، علاوه بر نقش خود در سازمان‌دهی معنا و پیش‌بینی تجربه، کارکرد دفاعی نیز پیدا کنند (زارعی و عرفانی، ۲۰۲۶). بر این

[1] - Hoviatdoost

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

مبنا، مقاله حاضر پیشنهاد می‌کند که سازمان‌یافتگی معنا و ارتباط احتمالی برخی سازه‌ها با فرایندهای دفاعی می‌تواند چارچوبی برای بررسی محدودیت‌های روان‌شناختی انتخاب فراهم کند. برای مثال، اگر فرد معنای خاصی به وابستگی یا درخواست کمک نسبت دهد، این معنا ممکن است بر نحوه تفسیر موقعیت‌های بین‌فردی و گزینه‌هایی که برای او قابل‌تحمل‌اند، تأثیر بگذارد. بااین‌حال، این تبیین بسط نظری مدل پیشین است و هنوز نمی‌توان آن را سازوکاری اختصاصی و اثبات‌شده در EISTDP دانست.

بر این اساس، پیشنهاد نظری مقاله آن است که عاملیت روان‌شناختی را می‌توان نه صرفاً به‌صورت وجود یا فقدان آزادی، بلکه با توجه به شرایطی بررسی کرد که در آن‌ها فرد قادر است گزینه‌های مختلف را تشخیص دهد، پیامدهای آن‌ها را بررسی کند و در برابر واکنش‌های هیجانی و دفاعی خود پاسخ‌های متفاوتی برگزیند. این صورت‌بندی با تمایز میان وجود کلی آزادی اراده و محدودیت کنترل در موقعیت‌های مشخص سازگار است؛ بااین‌حال، تعمیم این تمایز به نظام سازه‌های شخصی و فرایند درمانی EISTDP، استنباط نظری مقاله حاضر است و نه نتیجه مستقیم پژوهش‌های پیشین (مودریک و همکاران، ۲۰۲۲).

این دیدگاه از نظر بالینی، توجه را به بررسی چگونگی تجربه و تفسیر موقعیت‌ها، تعارض‌های هیجانی و واکنش‌های دفاعی معطوف می‌کند. همچنین، ضرورت پرهیز از دو برداشت افراطی را برجسته می‌سازد: از یک سو، نباید رفتار فرد را صرفاً بر اساس انتخاب آگاهانه و مسئولیت شخصی توضیح داد؛ از سوی دیگر، وجود عوامل ناهشیار نیز نباید به معنای فقدان کامل عاملیت تلقی شود. با توجه به ارتباط احتمالی باورهای درمانگران درباره آزادی اراده با برداشت آنان از مسئولیت و شیوه کار بالینی، روشن‌کردن مفروضات نظری درباره آزادی و جبر اهمیت دارد (اسمیت و همکاران، ۲۰۲۳).

مقاله حاضر در نهایت، موضع قطعی درباره حل مسئله فلسفی اراده آزاد اتخاذ نمی‌کند؛ بلکه چارچوبی نظری برای بررسی رابطه میان فرایندهای ناهشیار، سازمان‌یافتگی معنا و عاملیت روان‌شناختی در EISTDP پیشنهاد می‌دهد. اعتبار تجربی این صورت‌بندی، از جمله فرضیه ارتباط برخی سازه‌های شخصی با کارکردهای دفاعی و نقش احتمالی بازنگری در این سازه‌ها در گسترش ظرفیت انتخاب، باید در پژوهش‌های آینده بررسی شود. پژوهش‌های آتی می‌توانند این فرضیه‌ها را به پرسش‌های مشخص و قابل‌آزمون تبدیل کنند و حدود کاربرد نظری و بالینی آن‌ها را ارزیابی کنند.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

محدودیت‌های پژوهش

پژوهش حاضر، با وجود ارائه چارچوبی نظری برای تبیین رابطه میان آزادی، جبر روان‌شناختی و عاملیت انسان در بستر EISTDP، با محدودیت‌هایی همراه است. نخست، ماهیت نظری ـ مفهومی پژوهش و اتکای آن به تحلیل گزینشی منابع علمی، امکان تعمیم مستقیم صورت‌بندی‌های ارائه‌شده به جمعیت‌های بالینی و موقعیت‌های درمانی واقعی را محدود می‌کند. دوم، روابط پیشنهادی میان نظام سازه‌های شخصی، فرایندهای ناهشیار، تعارض‌های هیجانی و کارکردهای دفاعی، در این مقاله به‌صورت تجربی آزمون نشده‌اند؛ بنابراین، نمی‌توان آن‌ها را سازوکارهای تثبیت‌شده یا اختصاصی EISTDP تلقی کرد. سوم، مفاهیمی مانند آزادی اراده، عاملیت روان‌شناختی و جبر روان‌شناختی از پیچیدگی فلسفی و مفهومی برخوردارند و تعریف و عملیاتی‌سازی آن‌ها در چارچوب‌های نظری مختلف یکسان نیست. این مسئله می‌تواند بر نحوه تفسیر روابط پیشنهادی تأثیر بگذارد. چهارم، تمایز میان سازه‌های شخصی و دفاع‌های روان‌شناختی، در کنار بررسی ارتباط احتمالی آن‌ها، همچنان به تبیین نظری دقیق‌تر و شواهد تجربی مستقل نیاز دارد. همچنین، چارچوب حاضر به‌تنهایی امکان تعیین میزان تأثیر آگاهی از فرایندهای ناهشیار بر افزایش ظرفیت انتخاب را فراهم نمی‌کند. بر این اساس، پیشنهادهای مقاله باید در محدوده یک صورت‌بندی نظری و فرضیه‌ساز تفسیر شوند و برای ارزیابی اعتبار و کاربرد بالینی آن‌ها، انجام پژوهش‌های تجربی و مطالعات فرایند درمان ضروری است.

پیشنهادهای پژوهشی

با توجه به ماهیت نظری ـ مفهومی پژوهش حاضر و فرضیه‌های مطرح‌شده درباره رابطه میان آزادی، جبر روان‌شناختی و عاملیت در چارچوب EISTDP، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده در چند مسیر دنبال شوند. بررسی تجربی ارتباط سازه‌های شخصی و دفاع‌های روان‌شناختی: پژوهش‌های آینده می‌توانند بررسی کنند که آیا برخی سازه‌های شخصی، در شرایط خاص، با الگوهای دفاعی و اجتناب از تجربه‌های هیجانی ارتباط پیدا می‌کنند و چه عواملی در شکل‌گیری این ارتباط نقش دارند. عملیاتی‌سازی عاملیت روان‌شناختی: پیشنهاد می‌شود ابزارها یا شاخص‌های پژوهشی مناسبی برای ارزیابی ظرفیت فرد در تشخیص گزینه‌های رفتاری، بررسی پیامدهای انتخاب و پاسخ‌گویی انعطاف‌پذیر به موقعیت‌های هیجانی طراحی و اعتبارسنجی شوند. پژوهش‌های فرایندمحور می‌توانند بررسی کنند که افزایش آگاهی از تعارض‌های هیجانی و الگوهای دفاعی تا چه اندازه با تغییر در شیوه تفسیر تجربه‌ها و گسترش گزینه‌های رفتاری فرد همراه است. پیشنهاد

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

می‌شود مطالعات طولی بررسی کنند که آیا تغییر در سازه‌های شخصی مرتبط با موضوعاتی مانند وابستگی، استقلال، ارزشمندی و مسئولیت، با تغییر در الگوهای دفاعی و ظرفیت انتخاب ارتباط دارد. مقایسه دیدگاه‌های نظری درباره آزادی و عاملیت: پژوهش‌های تطبیقی می‌توانند نسبت میان دیدگاه‌های اگزیستانسیال، روان‌پویشی و نظریه‌های شناختی درباره آزادی اراده و تأثیر فرایندهای ناهشیار بر تصمیم‌گیری را بررسی کنند. بررسی عمیق تجربه مراجعان در جریان درمان می‌تواند به شناسایی موقعیت‌هایی کمک کند که در آن‌ها تعارض‌های هیجانی، اضطراب و دفاع‌ها بر تجربه فرد از انتخاب و مسئولیت تأثیر می‌گذارند. در نهایت، پیشنهاد می‌شود مدل نظری ارائه‌شده در پژوهش حاضر در قالب مطالعات تجربی و فرایندمحور بررسی شود تا اعتبار روابط پیشنهادی میان نظام سازه‌های شخصی، فرایندهای دفاعی و عاملیت روان‌شناختی مشخص شود. در مجموع، پژوهش‌های آینده باید از یک سو به روشن‌سازی مفهومی و عملیاتی‌سازی سازه‌های اصلی و از سوی دیگر به آزمون تجربی روابط پیشنهادی بپردازند تا امکان ارزیابی اعتبار نظری و کاربرد بالینی این صورت‌بندی در چارچوب EISTDP فراهم شود.

منابع

زارعی، بهنام و عرفانی، نصراله. (۱۴۰۵). روان‌درمانی پویشی کوتاه‌مدت پرفشار اگزیستانسیال (EISTDP): ارائه یک مدل مفهومی فرایندمحور. فصلنامه ایده های نوین روانشناسی. ۲۹ (۳۳) :۲۷-۱.http://jnip.ir/article-1-1413-fa.html

Chaubey, P. (2025). Agency within constraints: A compatibilist perspective on free will. Journal of the Indian Council of Philosophical Research, 42(3), 509–530. https://doi.org/10.1007/s40961-025-00374-3

Cohn, H. W. (1984). An existential approach to psychotherapy. British Journal of Medical Psychology, 57(4), 311–318. https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1984.tb02596.x

Dominik, T., Mele, A. R., Schurger, A., & Maoz, U. (2024). Libet's legacy: A primer to the neuroscience of volition. Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 158, 105503. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2023.105503

Gorlin, E. I., & Békés, V. (2021). Agency via awareness: A unifying meta-process in psychotherapy. Frontiers in Psychology, 12, 698655. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.698655

Hejlesen, J. T. (2024). Dynamics of freedom: Negotiating constraints. Integrative Psychological and Behavioral Science, 58, 1914–1929. https://doi.org/10.1007/s12124-024-09859-3

Hoviatdoost, P., Schweitzer, R. D., Bandarian, S., & Arthey, S. (2020). Mechanisms of change in intensive short-term dynamic psychotherapy: Systematized review. American Journal of Psychotherapy, 73(3), 95–106. https://doi.org/10.1176/appi.psychotherapy.20190025

Leichsenring, F., Abbass, A., Heim, N., Keefe, J. R., Kisely, S., Luyten, P., Rabung, S., & Steinert, C. (2023). The status of psychodynamic psychotherapy as an empirically

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

supported treatment for common mental disorders—An umbrella review based on updated criteria. World Psychiatry, 22(2), 286–304. https://doi.org/10.1002/wps.21104

Leonardi, J., Gazzillo, F., & Dazzi, N. (2021). The adaptive unconscious in psychoanalysis. International Forum of Psychoanalysis, 31(4), 201–217. https://doi.org/10.1080/0803706X.2021.1893382

Levendosky, A. A., Turchan, J. E., Luo, X., & Good, E. (2023). A re-introduction of the psychodynamic approach to the standard clinical psychology curriculum. Journal of Clinical Psychology, 79(10), 2439-2451. https://doi.org/10.1002/jclp.23551

Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change (2nd ed.). Guilford Press. https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=5egODAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=Mikulincer,+M.,+%26+Shaver,+P.+R.+(2019).+Attachment+in+adulthood:+Structure,+dynamics,+and+change+(2nd+ed.).+Guilford+Press.&ots=IRVx7fPNen&sig=7Ypup_CMgjyEy0WK7S-KMzaq6rs#v=onepage&q&f=false

Mudrik, L., Arie, I. G., Amir, Y., Shir, Y., Hieronymi, P., Maoz, U., O'Connor, T., Schurger, A., Vargas, M., Vierkant, T., Sinnott-Armstrong, W., & Roskies, A. (2022). Free will without consciousness? Trends in Cognitive Sciences, 26(7), 555–566. https://doi.org/10.1016/j.tics.2022.03.005

Proust, J. (2014). Free will: A neurophilosophical viewpoint. In S. Gallagher (Ed.), The Oxford handbook of the self (pp. 139–159). Oxford University Press. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199935291.013.005

Richardson, E., Beath, A., & Boag, S. (2023). Default defenses: The character defenses of attachment-anxiety and attachment-avoidance. Current Psychology, 42, 28755–28770. https://doi.org/10.1007/s12144-022-03919-w

Schnipke, B., & MacKay, M. (2023). Existential issues in psychotherapy. *Innovations in clinical neuroscience*, *20*(1-3), 72. https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10132274/

Smith, H. F., Jacques, D., & Coppieters, R. (2023). How Psychiatrists' Beliefs on Free Will Influence Their Clinical Practice. *Psychiatria Danubina*, *35*(Suppl 2), 245–248. https://research.dial.uclouvain.be/entities/publication/5f1493d4-a134-427c-83a6-835d3a5a685e

Vos, J. (2023). Existential psychological therapies: An overview of empirical research. Pratiques Psychologiques, 29(4), 211–229. https://doi.org/10.1016/j.prps.2023.06.001

Walker, B. M., & Winter, D. A. (2007). The elaboration of personal construct psychology. Annual Review of Psychology, 58, 453–477. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.58.110405.085535

Zilcha-Mano, S., Fisher, H., Dolev-Amit, T., Keefe, J. R., & Barber, J. P. (2023). A systematic review of the association between interpretations and immediate, intermediate, and distal outcomes. Psychotherapy, 60(3), 266–282. https://doi.org/10.1037/pst0000479

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]

فصلنامه ایده های نوین روانشناسی
دوره ۳۰، شماره ۳۴، پائیز ۱۴۰۵

Freedom and Psychological Determinism in Existential Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy (EISTDP): A Theoretical Examination

Behnam Zaree[1], Nasrolah Erfani[2]
[1]Academic Center for Education, Culture and Research (ACECR), Hamadan Branch, Counseling and Psychological Services Center, Hamadan Branch, Iran.
[2]Department of Psychology, Payame Noor University (PNU), P.O. Box 19395-4697, Tehran, Iran.
***Corresponding author email address:** erfani@pnu.ac.ir

Abstract
The relationship between free will and psychological determinism is one of the fundamental issues in understanding human behavior and psychological change in psychotherapy. The present study aims to theoretically examine this relationship within the framework of Existential Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy (EISTDP), with particular emphasis on unconscious processes, psychological defenses, and personal construct systems. This study adopts a theoretical-conceptual approach based on the selective review and analysis of scholarly literature concerning free will, psychological agency, unconscious processes, psychological defenses, and personal construct theory. The conceptual analysis suggests that psychological constraints on choice can be examined through the potential relationships among personal construct systems, emotional conflicts, and defensive processes. Accordingly, certain personal constructs may, under specific circumstances, serve not only to organize meaning and anticipate experience but also to perform defensive functions, thereby making certain behavioral options less tolerable or less accessible to the individual. Conversely, increased awareness of these processes may contribute to expanding the capacity for choice and strengthening psychological agency. The proposed theoretical framework conceptualizes psychological agency in terms of an individual's capacity to recognize, evaluate, and select among available behavioral options, without adopting a definitive position on the existence or non-existence of free will. Ultimately, the proposed relationships, particularly those linking personal constructs, defensive functions, and the capacity for choice, remain theoretical hypotheses whose validity requires further empirical investigation.

Keywords: Free Will, Psychological Determinism, Psychological Agency, Existential Intensive Short-Term Dynamic Psychotherapy (EISTDP), Personal Construct Theory.

[Downloaded from jnip.ir on 2026-11-10]