

قدم اوّل روان درماني

نویسنده: نیگل بنسون و بورین وَن لون

مترجم: ناصر سراج خرّمی

مسئله‌ای به عمر بشریت



روان‌درمانی چیست؟

از لحاظ لغوی روان‌درمانی به معنای درمان روانشناختی است. در عمل به معنای درمان اختلال‌ها با به‌کارگیری روش‌های روانشناختی همراه با درمان پزشکی، یا به‌جای درمان پزشکی است. اما توافقی کلی درباره روش‌های کاربردی روان‌درمانی وجود ندارد. علاوه بر این مخالفت‌هایی هم در زمینه کاربرد خودِ واژه روان‌درمانی وجود دارد.



روان‌درمانی و مشاوره

روان‌درمانی در واقع با روانکاوی زیگموند فروید در ۱۸۹۴ شروع شد. اما از اواسط قرن بیستم رویکردهایی دیگر نیز ارائه شد. امروزه اصطلاح روان‌درمانی اشکال گوناگونی از یاری‌رسانی را دربرمی‌گیرد که در آن افراد حرفه‌ای آموزش دیده به افراد یا گروه‌هایی از مردم کمک می‌نمایند.

