

فهرست مطالب

۸ ستودن کتاب
۱۲ درباره نویسنده
۱۴ دیباچه ویراست دوم
۲۰ سپاسداری
۲۴ ۱. پیش‌گفتار: پرده‌نگارین درمان‌های وجودی
۴۴ ۲. فلسفه وجودی: معنای هستی
۱۰۴ ۳. دازاین‌کاوی: بنیان‌هایی برای درمانی وجودی
۱۴۲ ۴. درمان‌های معنامدار: کشف معنا و مقصود زندگی
۱۸۲ ۵. درمان وجودی-انسانگرا: برگزشتن از مقاومت به زندگی
۲۴۴ ۶. آر. دی. لینگ: ملاقات بی‌نقاب
۲۸۴ ۷. درمان وجودی-پدیدارشناختی: کاوش وجود
۳۵۲ ۸. ابعاد کاربست درمانی وجودی
۳۷۰ ۹. پس‌گفتار: چالش‌ها و امکان‌های درمان‌های وجودی
۳۸۶ منابع
۴۱۲ واژه‌نامه انگلیسی - فارسی

ستودنِ کتاب

«این کتاب همچون سایر آثار میک، فوق‌العاده واضح، قابل فهم و جذاب است و نقطه شروعی عالی برای همه علاقه‌مندان به درمان وجودی است. ویراست دوم علاوه بر ارائه زمینه تاریخی و مروری بر رویکرد وجودی و چگونگی کاربرد آن در درمان، به شیوه ماهرانه‌ای به تحولات جدیدتر این حوزه از جمله رویکرد وجودی-پدیدارشناختی و درمان وجودی زمان محدود می‌پردازد. همچنین درمان‌های وجودی با مطالعه‌ای موردی که در سراسر کتاب جریان دارد، جان می‌گیرند. به طور کلی [این اثر] درآمدی ارزشمند و دهشی مهم به این حوزه است.»

مِگ جان بارکر^۱، دانشگاه آزاد^۲

«نویسنده ارزشمند درمان‌های وجودی در ویراست دوم به طور کامل به روزرسانی شده است. میک کوپر تفاوت‌ها و شباهت‌های رویکردهای اصلی گوناگون به

-
1. Meg-John Barker
 2. open university

درمان وجودی را با احترام بررسی می‌کند. مطالعه کتاب حاضر برای تمام دانش‌جویان و دانش‌پژوهان روان‌شناسی وجودی ضرورت دارد.»
لویس هافمن^۱، دانشگاه سایبروک^۲

«میک کوپر با ردیابی عوامل موثر فراوانی که رویکردهای معاصر به درمان وجودی را شکل داده‌اند، خدمت بزرگی به جامعه مشاوره و روان‌درمانی کرده است. کوپر رشته‌های رنگارنگ اندیشه را به هم می‌بافد تا ارائه‌ای منسجم و زنده از نحوه کاربست امروزی درمان وجودی فراهم آورد. کتاب حاضر دانشوری را با سبک نگارشی می‌آمیزد که مفاهیم دشوار را قابل درک می‌کند. مطالعه این کتاب در هر دوره‌ای که سنت وجودی نقشی در آن ایفا می‌کند ضرورت می‌یابد که شامل دوره‌های شخص‌محور^۳ و همه‌آنجایی که با این رأی هم‌دل‌اند که روان‌درمانی در اصل رویارویی‌ای انسانی‌ست که گرمی، درک، و احترامی عمیق به فرد ارزش‌های کلیدی آن‌اند.»
تونی مری^۴

«این کتاب از دانشوری و دقتی فوق‌العاده برخوردار است، راهنمایی بی‌نظیر برای مجادلات و مواضع اصلی درمان وجودی.»
کرک جی. اشنایدر^۵، رئیس مؤسسه وجودی-انسان‌گرا^۶

«گرچه فیلسوفان در طول اعصار مشاوره وجودی را به کار بسته‌اند، تنها در صد سال گذشته است که این رویکرد به طور رسمی توسعه یافته و به عنوان شکلی از روان‌درمانی مطرح شده است. این کتاب با فراهم ساختن

-
1. Louis Hoffman
 2. Saybrook
 3. person-centred
 4. Tony Merry
 5. Kirk J. Schneider
 6. Existential-Humanistic Institute

مروری عالی، واضح، و نقادانه از اشکال متفاوت این رویکرد با کاربرستی متداول، نقطه عطفی در تاریخ طولانی درمان‌های وجودی است. شایستگی ویژه کوپرا ارائه عطر و طعم‌های متنوع درمان وجودی به شیوه‌ای مهیج و گاه وسوسه‌انگیز است. او از خوانندگان دعوت می‌کند تا کل طیف را بچشند؛ او جانبداری‌های بالقوه را برجسته می‌کند و سپس همسو با سنت وجودی راستین به خوانندگان خود رخصت می‌دهد تا به نتایج خودشان برسند و روایت‌های خود از درمان وجودی را طرح کنند.»

امی ون دورزن^۱

«نوشتاری بسیار همدلانه، شخصی، و امروزی با راهبری استواری که ما را از میان تنوع پیچیده درمان‌های وجودی هدایت می‌کند. ویراست دوم با چیرگی بخشیدن دیدگاه بریتانیایی (و زبان انگلیسی) سازگاری مطلوبی با شرایط کنونی به ارمغان می‌آورد. کتابی زنده و کاربردی با دسترسی به نوشتارگان ژرف، درآمدی تمام عیار، مروری ناب!»

الفرید لنگل^۲، رئیس انجمن معنادرمانی و وجودکاوی^۳، وین

1. Emmy van Deurzen

2. Alfried Längle

3. Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse

درباره نویسنده _____

میک کوپر استاد روان‌شناسی مشاوره در دانشگاه روهامپتون^۱ و یک روان‌شناس مشاور است. میک نویسنده و ویراستار مجموعه‌ای از نوشتارگان درباره رویکردهای شخص‌محور، وجودی، و رابطه‌ای به درمان است، از جمله کار بر بعد رابطه‌ای در مشاوره و روان‌درمانی^۲ (سیچ، ۲۰۰۵، با دیو مرنز)، مشاوره و روان‌درمانی کثرت‌گرایانه^۳ (سیچ، ۲۰۱۱، با جان مک‌لثود) و مشاوره و روان‌درمانی وجودی: آثاری در کاربرستی کثرت‌گرایانه^۴ (سیچ، ۲۰۱۵). میک گستره‌ای از مطالعات پژوهشی را جهت بررسی فرآیند و برآوردهای مشاوره انسان‌گرایانه با جوانان راهبری کرده است.

-
1. Roehampton
 2. Working at Relational Depth in Counselling and Psychotherapy
 3. Pluralistic Counselling and Psychotherapy
 4. Existential Psychotherapy and Counselling: Contributions to a Pluralistic Practice

دییاجه ویراست دوم

نمی‌توانم آن لحظه را کامل به خاطر آورم، البته جای تعجب هم نیست چون حافظه ضعیفی دارم. به گمانم وقتی در کلاسی در کالج ریجنِت لندن نشسته بودم و به سخن هانس کاون^۱ درباره‌ی هایدگر گوش می‌دادم این فکر از ذهنم گذشت که افراد متفاوت اصطلاح «درمان وجودی» را به طرق بسیار متفاوتی به کار برده‌اند. در واقع به گمانم خودِ هانس بود که به این نکته اشاره کرد و چیزی در ذهنم جرقه زد. شاید از شیوه‌ای که همه‌ی این نویسندگان و آموزگاران، به شما می‌گویند درمان وجودی چیست، بدون اینکه به اندیشه‌ی سایرین اشاره کنند، کمی آزرده بودم. به هر حال هنگامی که آموزش خود را به عنوان روان‌درمانگر وجودی در سال ۱۹۹۹ به پایان رساندم به سیچ^۲ مراجعه کردم تا ببینم آیا آنها به کتابی درباره‌ی این دیدگاه‌های متفاوت علاقه‌مند هستند؟ با کمال تعجب گفتند «بلی».

-
1. Hans Cohn
 2. Sage

ویراستِ نخستِ *درمان‌های وجودی* نخستین نوشتارِ تک‌نویسندهٔ من بود. خیلی نگران بودم که نظر دیگران راجع به آن چیست. به یاد دارم که چند روز قبل از ارائه کتاب در امتدادِ ساحلِ برایتون می‌دویدم (آن روز را با وضوح به یاد دارم) و راجع به برخی جزئیاتِ ظریفِ فلسفهٔ وجودی کاملاً دستخوش اضطراب بودم. فقط می‌توانستم در ذهنم، امی وَن دورزن و دیگر بزرگانِ درمانِ وجودی را ببینم که من را به خاطر درهم‌آمیختنِ اُنتولوژی^۱ با اُنْتیک-اُنتولوژی^۲ و گلاسِنهایت^۳ با سلامت^۴ به صلابه کشیده‌اند. اما امی و بسیاری دیگر از انتشار کتاب بسیار حمایت کردند و ویراستِ نخستِ حتی در پیمایشِ جهانیِ اخیر دربارهٔ اثرگذارترین نوشتارگان بر کارشیوهٔ درمانگرانِ وجودی، رتبهٔ ۱۵ را به دست آورد (کوریا، کوپر، و بردوندینی، ۲۰۱۴a). همچنین مشعوف شدم که دریافتم این کتاب به طیفِ وسیعی از زبان‌ها چون یونانی، دانمارکی، فارسی، عربی، و کره‌ای ترجمه شده است.

گرچه چندین کتاب دیگر نیز نوشتم اما شاید همیشه به *درمان‌های وجودی* بیشتر بالیده‌ام. نخستین باری بود که به راستی صدایِ خود را در نوشته‌ام می‌شنیدم. این صدا اندکی وسواسی است و خوش دارد چیزها را در جداول قرار دهد البته در عین حال کاملاً شخصی است و می‌کوشد مستقیماً با خواننده سخن گوید. فکر می‌کنم این کتاب به افراد در درکِ بیشتر حوزهٔ درمانِ وجودی کمک خواهد کرد. این کتاب نقشه‌ای طرح می‌کند که نشان می‌دهد گونه‌های متفاوتِ درمان‌های وجودی چیستند و چطور با هم جفت و جور می‌شوند و شاید کمک کنم دریابند که ضرورت ندارد همهٔ آنها در یک رویکردِ همگن چپانده شوند.

-
1. ontology
 2. ontico-ontological
 3. gelassenheit
 4. gesundheit

جالب است که بدانید از نخستین انتشار این کتاب در سال ۲۰۰۳ تاکنون اتفاقات زیادی در حوزه وجودی رخ داده است. اما این امر به نحوی حقیقت دارد و به نحوی نه. از جهاتی حوزه وجودی چون اغلب رویکردهای روان‌درمانی کاملاً محافظه‌کارانه است و در روش‌های کاربست درمان وجودی در سراسر جهان تغییرات عمده‌ای ایجاد نشده است. از سوی دیگر طی ۱۳ سال گذشته تحولات بسیار جالبی رخ داده است؛ همچنین برخی جنبه‌های حوزه درمان‌های وجودی بیشتر مورد توجه قرار گرفته‌اند که شامل:

- گسترش گروه‌ها، انجمن‌ها، و موسسه‌های درمان وجودی در سراسر جهان.
- پژوهش‌های فزاینده درباره فرآیند^۱ (برای نمونه، ویلکس و میلتن، ۲۰۰۶) و برآیندهای^۲ (برای نمونه، ووس، کریگ، و کوپر، ۲۰۱۴) درمان‌های وجودی.
- بازشناسی روزافزون از ابعاد، وسعت، و سهم مکتب تحلیل وجودی پسا فرانکلی الفرید لینگل^۳ (فصل ۴ این ویراست را ببینید).
- پدیداری و شواهدگری درمان‌های معنامدار برای افراد مبتلا به بیماری مزمن یا تهدیدگر زندگی (برای نمونه، برای بارت و همکاران، ۲۰۱۰) (فصل ۴ این ویراست را ببینید).
- هم‌آمیزی مکتب وجودی-انسان‌گرای آمریکا و چین با تأکیدی فزاینده بر چندفرهنگ‌گرایی^۴ در حوزه وجودی-انسان‌گرا (به هافمن، یانگ، و کاکلاسکاس، ۲۰۰۹ مراجعه کنید؛ فصل ۵ این ویراست را ببینید).

1. process

2. outcomes

3. Alfrid Längle's post-Frankl school of existential analysis

4. multiculturalism

- انتشار چندین کتاب جدید دربارهٔ درمان وجودی، به ویژه از سوی مکتب انگلیسی وجودی-پدیدارشناختی (برای نمونه، لنگدریچ، ۲۰۱۲) (فصل ۷ این ویراست را ببینید).
- میزبانی نخستین کنگرهٔ جهانی درمان وجودی در ۱۴ الی ۱۷ می ۲۰۱۵ در لندن (و برنامه‌ریزی کنگرهٔ دوم برای ۲۰۱۹ در آرژانتین)؛ و تقریر بیانیه‌ای جمعی دربارهٔ ماهیت درمان وجودی (کنفدراسیون جهانی درمان وجودی، ۲۰۱۶).

هدف من در ویراست دوم درمان‌های وجودی، گردآوری این تحولات جدید در مروری روزآمد بر رویکردهای وجودی است. امیدوارم ارائه‌ای پیشگام از حال و آیندهٔ حوزهٔ وجودی فراهم آورم.

در این راستا چندین تغییر اصطلاح‌شناختی و ساختاری در ویراست نخست کتاب انجام داده‌ام. نخست اصطلاح «مکتب بریتانیایی» را با رویکرد «وجودی-پدیدارشناختی» جایگزین کرده‌ام (فصل ۷). ادگار کریا، همکار و دانشجوی من در مقطع دکترای تخصصی، بر دو مبنا این پیشنهاد را ارائه کرد. نخست، «مکتب بریتانیایی» در سراسر اروپا و سایر مناطق جهان گسترش یافته است، تا جایی که تداوم شناسایی آن منحصراً با انگلستان نادرست (اگر نگوئیم امپریالیستی) خواهد بود. دوم، ادگار استدلال می‌کند (ارتباط شخصی، ۲۹ ژانویهٔ ۲۰۱۶)، «انجمن‌های متعددی هستند که دیدگاه‌های بسیار مشابهی با مکتب بریتانیایی دارند اما خاستگاه‌های آنها به مکتب بریتانیایی باز نمی‌گردد». این‌ها شامل سنت‌های وجودی در برزیل، آرژانتین، و شیلی است. پس از بحث‌های فراوان، من با ادگار در اینباره به توافق رسیدم. ادگار به عنوان اصطلاح جایگزین، به شاخهٔ وجودی-پدیدارشناختی درمان وجودی استناد کرده است (برای نمونه، کوریا، کوپر، و بردوندینی، ۲۰۱۴b). از نظر من، این برجسب ایده‌آل نیست و کمی همه‌شمول به نظر می‌رسد. اما

فکر می‌کنم در حال حاضر بهترین چیزی است که داریم و در کل این متن از آن استفاده خواهیم کرد.

دوم، در حال حاضر در فصل ۴ به جای «معنادرمانی»^۱ به تنهایی از رویکردهای معنامدار^۲ سخن می‌گوییم. با رشد و تنوع رویکردهای درمانی ملهم از فرانکل، فرای محدودیت‌های نظریه و روش معنادرمانی، استفاده از اصطلاحی گسترده‌تر ضروری به نظر می‌رسد.

سوم، جهت گشودن فضای بحث درباره برخی از این (و دیگر) تحولات جدید، فصل درمان‌های وجودی کوتاه را کنار گذاشتم (فصل ۹ قبلی)، و جستاری درباره رویکرد زمان محدود استراسر و استراسر^۳ را به فصل ۷ با عنوان رویکرد وجودی - پدیدارشناختی افزوده‌ام.

تغییر دیگر ویراست جدید این است که از یک مطالعه موردی خیالی به نام شارن^۴، در سراسر کتاب استفاده کرده‌ام تا نشان دهم نحوه کار رویکردهای وجودی متفاوت با یک مراجع مشخص چگونه است. باید اعتراف کنم، در این باره کمی مشوش هستم و نگرانم - به عنوان داستانی خیالی - کمی مصنوعی به نظر برسد. با این حال امیدوارم که خوانندگان از آن استقبال کنند و شارن را افزوده‌ای سودمند برای کتاب بیابند: انضمامی سازی و جان‌بخشی به رویکردهای متفاوت به کار بست وجودی.

امیدوارم از این کتاب لذت ببرید و آن را آموزنده، جذاب، و مروری پرفروغ بر حوزه درمان وجودی بیابید.

میک کوپر

برایتون، ۲۰۱۶

1. logotherapy
2. meaning-centred
3. Strasser and Strasser's time-limited approach
4. Siân

سپاسداری _____

از دیدگاهی وجودی، هستنده انسانی از بافت اجتماعی خود جدایی ناپذیر است و نگارش این کتاب - هر دو ویراست نخست و دوم - بدون حمایت عاطفی و فکری بسیاری از دوستان، همکاران، اعضای خانواده، و استادان ممکن نبود. نخست از همه از هلن کراترز تشکر می‌کنم. هلن هنگام نگارش کتاب اصلی تشویق، عشق، و یاری زیادی به من ارزانی داشت و درباره پیش‌نویس‌های متعدد نظرات و راهنمایی‌های ارزشمندی ارائه کرد. در خانه نیز می‌خواهم از چهار فرزندمان مایا، روبی، شولا، و زاک تشکر کنم. هیچ چیز بیش از خیزیدن کودکی نوپا با لبخندی شیطنت‌آمیز به سوی تلبار کتاب‌های فلسفی در اتاق کارم و پخش تک به تک آنها بر زمین، نمی‌توانست روح گمگشته‌ام در زیر مجلدات هایدگری و کی‌یرکگوری را نجات دهد (حالا مایا تقریباً ۱۶ ساله است و بیشتر وقتی پول می‌خواهد به اتاقم می‌خزد!). همچنین از جنیفر کراترز، روبرت کراترز، و کیتی کوپر تشکری ویژه دارم که برای فرزندانمان با عشق و کوشایی مادر بزرگی و پدر بزرگی کردند و من

را یاری کردند برای تکمیل ویراستِ نخست این کتابِ زمانِ کافی در اختیار داشته باشم.

بسیار مدیونِ امی وَن دورزن هستم. او که نیروی محرکه اصلی یکی از جوشان‌ترین و گسترده‌ترین شاخه‌های وجودی دنیایِ امروز است، به هنگام تدوین هر دو ویراستِ این کتاب، پشتیبانی و وقت خود را سخاوتمندانه در اختیار من نهاد.

همچنین از همکاران و دوستان زیر برای بازخوردِ آگاهگر، مشوق، و چالش‌انگیز در ویراستِ نخست این کتاب تشکر می‌کنم: ایوان الینگهام، الک گرانت، میک هاردینگ، آنجی هارت، هلن هاپکینز، تیم لبون، پل مکگاهی، تونی مری، ژاکی پایزاس، جرالدین پاس، کرک اشنايدر، ارنستو اسپینلی، فردی استراسر، دومینیک ولارد، و سارا یانگ. شماری از درمانگران و دانشگاهیان وقت خود را برای ویراستِ نخست سخاوتمندانه به من اختصاص دادند تا دربارهٔ جنبه‌های گوناگونِ درمان‌های وجودی صحبت کنیم و همچنین قدردانِ هانس کاون، اریک کریگ، مایلز گروت، جان هیتون، ویلهلم ماس، و پل وانگ هستم.

برای ویراستِ دوم می‌خواهم از ادگار کوریا، روان‌درمانگر وجودی پرتغالی و دانشجوی دکترای سابق (با لوسیا بردوندینی در دانشگاه استراتکلاید) تشکر ویژه کنم. پژوهشِ ادگار دربارهٔ کاربست‌ها و رده‌بندیِ درمان وجودی مرجعی ارزشمند برای درک حوزهٔ وجودی امروزین فراهم آورده است. همچنین از همکارانِ متعددی که به مهر وقت خود را برای اظهار نظر دربارهٔ فصول و پیش‌نویس‌های ویراستِ دوم اختصاص دادند بسیار سپاسگزارم: مارتین آدامز، مگ جان بارکر، ادگار کوریا، تاماس فازکاس، لوئیس هافمن، آلیس هولزه-کونز، الفرید لنگل، کیت مارتین، مارتین میلتون، مارک راینز، کرک اشنايدر، ارنستو اسپینلی، آلیسن استراسر، میکِل تامپسون، امی ون دورزن، دیه‌گو ویتالی، و جونلِ وُس.

پژوهش و نگارش بخش زیادی از ویراستِ نخست این کتاب طی یک نیمسال فرصت مطالعاتی انجام شده است و از این جهت می‌خواهم از همکارانم در دانشکده علوم اجتماعی کاربردی در دانشگاه برایتون تشکر کنم که نه تنها فرصت مطالعاتی به من اعطا کردند، بلکه ساعات تدریس من را پوشش دادند. از کارگروه منابع یادگیری در کتابخانه فالمر دانشگاه برایتون نیز بسیار سپاسگزارم که درخواست‌های متعدد امانت بین کتابخانه‌ای را با بردباری انجام دادند. برای ویراست دوم از حمایت مداوم گروه روان‌شناسی در دانشگاه روهمپتون و به ویژه رئیس گروه، دایان بری بسیار سپاسگزارم.

مثل همیشه از کارگروه سیج^۱ شامل سوزانا ترفگارن، ادوارد کس، راشل باروز، و آلیسن پوینر، و همچنین سارا بری برای ویرایش ادبی متن تشکر می‌کنم. همچنین از مترجمان ویراستِ نخست بسیار سپاسگزارم که وقت گذاشتند و سخنان من را به زبان خودشان بازنویسی کردند: کیم یونمی، دیموپولو مسنیا، شارلوت پیچ، شین سونگمن، و گا یوهان.

در پایان می‌خواهم از لوسیا موجا-استراسر یکی از بزرگترین قهرمانان قدرنادیده درمان وجودی تشکر ویژه کنم. لوسیا برای من همچون بسیاری دیگر از درمانگران وجودی آموزش دیده در بریتانیا، چهره‌ای کلیدی در پیشرفت به عنوان درمانگری وجودی بود و بدون ایثار، صداقت، و تشویق او ممکن نبود در مقام نگارش این کتاب برآیم.

نیازی به گفتن نیست - و به ویژه از دیدگاهی وجودی- مسئولیت محتوای این کتاب تنها بر عهده من است.

۱. پیش‌گفتار: پرده‌نگارینِ درمان‌های وجودی _____

در این فصل می‌خوانیم:

- گوناگونی رویکردهای وجودی در درمان.
- خردمایه نگارش این کتاب.
- اهداف کتاب.
- ساختار و محتوای کتاب.
- مطالعه موردی‌ای که برای به تصویرکشیدن نظریه و کاربردی وجودی در سراسر کتاب استفاده خواهد شد.
- جانبداری‌ها و پیش‌فرض‌های شخصی من.

«درمان وجودی چیست؟» این یکی از پرسش‌هایی است که اغلب از من به عنوان یک درمانگر و مربی پرسیده شده است. همچنین یکی از پرسش‌هایی است که پاسخ به آن برایم دشوار است. گاهی منِ من کرده‌ام که «اوم... دربارهٔ مواجهه با واقعیت وجودی است» یا پاسخ‌های کلیشه‌ای چون «شبیبه درمان شخص محور

است . . . فقط مهجورتر!» پرانده‌ام. گرچه به تدریج طی سال‌ها برایم روشن شد که چرا پاسخ به این پرسش چنین دشوار بوده است: چون اصطلاح درمان وجودی برای اشاره به بسیاری از کاربردهای درمانی متفاوت استفاده شده است. در واقع همان‌طور که نورکراس^۱ (۱۹۸۷: ۴۲) می‌گوید «درمان وجودی به همه آنها اطلاق می‌شود اما معنای دقیق آن بسته به شارحان‌اش متفاوت است». یعنی در حالی که روان‌درمانی وجودی یالوم^۲ (۱۹۸۰) مراجعان را تشویق می‌کند با چهار «دل‌واپسی غایبی»^۳ وجود (مرگ، آزادی، تنهایی، و بی‌معنابودگی)^۴ روبه‌رو شوند، روان‌درمانی وجودی ون دورزن (۲۰۱۲a) مراجعان را تشویق می‌کند تا چهار بعد بودن عالم‌مند^۵ (ابعاد جسمانی، شخصی، اجتماعی، و معنوی) را بکاوند. و در حالی که رویکرد وجودی-انسان‌گرای بوگنتال^۶ (۱۹۷۸) مراجعان را تشویق می‌کند تا بر تجارب درونی خویش تمرکز کنند، معنادرمانی فرانکل^۷ (۱۹۸۴) اغلب مراجعان را تشویق می‌کند تا بر مسئولیت‌های خویش در برابر دیگران تمرکز کنند. بنابراین امروزه به طور گسترده پذیرفته شده است که تعریف واحدی برای حوزه درمان وجودی نمی‌توان ارائه داد. در عوض بهترین دریافت از درمان وجودی چون پرده‌ای نگارین از کاربردهای درمانی درهم تافته است که همگی شان حول یک دغدغه مشترک جهت‌گیری شده‌اند: وجود زیسته انسان^۸. به عبارتی دیگر همان‌طور که والش^۹ و مک‌الوین^{۱۰} (۲۰۰۲: ۲۵۴) نتیجه

-
1. Norcross
 2. Yalom's existential psychotherapy
 3. ultimate concerns
 4. meaninglessness
 5. worldly being
 6. Bugental's existential-humanistic approach
 7. Frankl's logotherapy
 8. human lived-existence
 9. Walsh
 10. McElwain

می‌گیرند بیشتر «مناسب است از روان‌درمانی‌های وجودی صحبت شود تا یک روان‌درمانی وجودی واحد»؛ و این فرض بنیادین کتاب حاضر است.

البته گوناگونی تا حد زیادی درون هر شکل درمان دیده می‌شود. در واقع به درستی می‌توان استدلال کرد که به تعداد درمانگران اشکال کارشیوه درمانی هست. با این حال حوزه درمان وجودی نسبت به اغلب حوزه‌های درمانی به دلایلی متنوع‌تر است. نخست، همان‌طور که هالینگ^۱ و نیل^۲ (۱۹۹۵: ۱) می‌نویسند، درمان وجودی «را نمی‌توان در یک منبع مرجع واحد ردیابی کرد». نه بنیان‌گذاری، نه فروید و نه راجرزی دارد، که مبنای نظری و عملی مشترکی به این رویکرد اعطا کند. در عوض رویکردهای وجودی به درمان از دهه‌های نخست قرن بیستم به صورت خودجوش - و گهگاه به طور مستقل - در مناطق مختلف جهان پدیدار شده‌اند. دوم، حوزه فلسفی‌ای که کاربست درمانی وجودی بر آن استوار شده (فلسفه وجودی)، خود به غایت ناهمگون است (فصل ۲ این ویراست). از این رو درمانگران برخاسته از این آرا خود تمایل داشتند باورها و مفروضات بسیار متفاوتی را از آن‌ها اقتباس کنند. سوم، نوشته‌های فلسفی وجودی فوق‌العاده پیچیده و دشوارفهمند. از این رو تفسیرهای - و گهگاه سوءتفسیرهای - آنچه فلاسفه وجودی گفته‌اند موجب گوناگونی فراوانی در کاربست‌های درمانی شده است. چهارم، همان‌طور که شنایدر و می^۳ (۱۹۹۵a) اشاره کرده‌اند درمانگران وجودی به جای اینکه پیش‌امالنه به خلق الگوهای یکپارچه و منسجم درمان بپردازند، بیشتر انرژی خود را صرف واکنش علیه رویکردهای سنتی به درمان - به ویژه روان‌کاوی - کرده‌اند. در نهایت، چون رد نظام‌های کلان و جامع و ترجیح کارشیوه‌های یکه و خودانگیخته در قلب رویکردهای وجودی نهفته است،

1. Halling
2. Nill
3. May