

به نام حُرّ و نَدِ جان و



زوج‌ها در فرایند درمان

رویکردها و فنون در درمان کارآمد

جرالد آر. ویکس و استفن تی. فیف

ترجمه:

دکتر سیدعلی کیمیایی

عضو هیئت علمی دانشگاه فردوسی مشهد

مریم‌سادات فخری؛ مونا کارگر

راحله مهدویان‌فرد؛ مجید جهانیان

راضیه کرامتی

سرشناسه:	ویکس، جرال آر، ۱۹۴۸ - م.
عنوان و نام پدیدآور:	زوج‌ها در فرایند درمان: رویکردها و فنون در درمان کارآمد/ جرال آر. ویکس، استفن تی. فیف؛ ترجمه سیدعلی کیمیایی... [و دیگران]؛ ویراستار علمی خدابخش احمدی؛ ویراستار ادبی مصطفی قندهاری.
مشخصات نشر:	مشهد: دانشگاه فردوسی مشهد، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری:	۴۴۰ ص، جدول.
فروست:	انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد؛ ۷۷۸.
شابک:	ISBN: 978-964-386-469-9
وضعیت فهرست‌نویسی:	فیفا.
یادداشت:	Couples in treatment : techniques and approaches for effective practice, 3rd ed, 2014.
یادداشت:	ترجمه سیدعلی کیمیایی، مریم‌سادات فخری، مونا کارگر، راحله مهدویان‌فرد، مجید جهانیان، راضیه کرامتی.
یادداشت:	کتاب حاضر اولین بار با عنوان "زوج‌درمانی بین سیستمی: فنون و رویکردهای درمانی اثربخش" با ترجمه فرشاد لواف‌پورنوری، فهیمه خواجه‌امینیان، رضا بابایی توسط انتشارات کتاب ارجمند فیفا دریافت کرده است.
یادداشت:	واژه‌نامه؛ کتابنامه: ص. [۴۰۷] - ۴۲۵؛ نمایه.
عنوان دیگر:	زوج‌درمانی بین سیستمی: فنون و رویکردهای درمانی اثربخش.
موضوع:	زناشویی - روان‌درمانی
شناسه افزوده:	فیف، استفن تی.
شناسه افزوده:	کیمیایی، سیدعلی، ۱۳۴۵ - مترجم.
شناسه افزوده:	احمدی، خدابخش، ۱۳۴۷ - ویراستار.
شناسه افزوده:	دانشگاه فردوسی مشهد، انتشارات.
رده‌بندی کنگره:	RC۴۸۸/۵
رده‌بندی دیویی:	۶۱۶/۸۹۱۵۶۲
شماره کتابشناسی ملی:	۷۴۰۷۶۲۱

زوج‌ها در فرایند درمان

رویکردها و فنون در درمان کارآمد

پدیدآورندگان: جرال آر. ویکس و استفن تی. فیف
ترجمه: دکتر سیدعلی کیمیایی؛ مریم‌سادات فخری؛ مونا کارگر
راحله مهدویان‌فرد؛ مجید جهانیان؛ راضیه کرامتی
ویراستار علمی: دکتر خدابخش احمدی
ویراستار ادبی: مصطفی قندهاری
مشخصات: وزیری، ۱۰۰ نسخه، چاپ دوم، بهار ۱۴۰۴ (اول، ۱۳۹۹)
چاپ و صحافی: همیار
بها: ۵/۰۰۰/۰۰۰ ریال
حق چاپ برای انتشارات دانشگاه فردوسی مشهد محفوظ است.



انتشارات
۷۷۸

مراکز پخش:

فروشگاه و نمایشگاه کتاب پردیس: مشهد، میدان آزادی، دانشگاه فردوسی مشهد، جنب سلف یاس
تلفن: ۳۸۸۰۲۶۶۶ - ۳۸۸۳۳۷۲۷ (۰۵۱)
مؤسسه کتابیران: تهران، میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، بین روانمهر و وحید نظری، بن‌بست
گشتاسب، پلاک ۸ تلفن: ۶۶۴۸۴۷۱۵ (۰۲۱)
مؤسسه دانشیران: تهران، خیابان انقلاب، خیابان منیری جاوید (اردیبهشت) نبش خیابان نظری، شماره ۱۴۲
تلفکس: ۶۶۴۰۰۲۲۰ - ۶۶۴۰۰۱۴۴ (۰۲۱)

<http://press.um.ac.ir>

Email: press@um.ac.ir

زوج‌ها در درمان

نسخه سوم از کتاب زوج‌ها در درمان به خوانندگان کمک می‌کند که مشکلات زوج‌ها را مفهوم‌سازی کنند و از دیدگاهی چندگانه و با استفاده از فنون متعدد به درمان آن‌ها بپردازند. نویسندگان از هیچ رویکرد خاصی برای زوج‌درمانی حمایت نمی‌کنند و در عوض با ایجاد کاربرد گسترده و توانایی پذیرش تغییر در اصول اساسی و تکنیک‌ها، این مفیدترین متن را در زوج‌درمانی سیستمی یکپارچه‌نگر ارائه کرده‌اند. در سراسر کتاب نویسندگان درمورد هر مراجع، سیستم‌های فردی، زوجی و بین‌نسلی را در نظر می‌گیرند. الگوی درون‌سیستمی جرالده ویکس که یک رویکرد مفهومی، یکپارچه‌نگر و فراچارچوب‌فرایندی است، می‌تواند در جایگاهی بالاتر از دیگر رویکردهای درمانی موجود قرار بگیرد. این رویکرد بر اصول درمان تأکید می‌کند و می‌تواند به تسهیل سنجش مشکلات زوج‌ها و مفهوم‌سازی آن‌ها بپردازد و مداخلات سودمندی را فراهم آورد.

زوج‌درمانگران تشویق می‌شوند که اصول درمانی این کتاب را به‌منظور ارتقای فرایند درمانی خود به کار ببندند و به جای اینکه به مراجع تحمیل کنند که با رویکرد آن‌ها متناسب شود، رویکرد خود را با مراجع متناسب کنند.

کارهای منتخب جرالده آر. ویکس

ژنوگرام‌های متمرکز: ارزیابی بین‌نسلی از افراد، زوج‌ها و خانواده‌ها توسط ریتا دیماریا، جرالده آر. ویکس و لاری هاف (رتلدهج، ۱۹۹۹)
ویرایش جدید موجود، ژوئن ۲۰۱۴

درمان جنسی سیستمی ویرایش‌شده توسط کاترین ام. هرتلین، جرالده آر. ویکس و نانسی گامبسیا (رتلدهج، ۲۰۰۹)

ویرایش جدید موجود، فوریه ۲۰۱۵

راهنمای متخصصان در درمان جنسی سیستمی توسط کاترین ام. هرتلین، جرالده آر. ویکس و شلی کی. سنداک (رتلدهج، ۲۰۰۹)

ویرایش جدید موجود، فوریه ۲۰۱۶

زوج‌ها در فرایند درمان
رویکردها و فنون در درمان کارآمد
ویرایش سوم
جرالد آر. ویکس و استفان تی. فیف
به نانسی لاو
و
آپریل فیف
ما قدردان عشق پایدار و حمایتشان هستیم.

press.um.ac.ir

فهرست مطالب

۷.....	یادداشت مترجمان
۱۰.....	درباره نویسندگان
۱۱.....	مقدمه
۱۳.....	مرور کلی فصل‌ها
۱۶.....	قدردانی

بخش اول: اصول و فرایندهای پایه در زوج‌درمانی

۱۹.....	فصل ۱. زوج‌درمانی و رویکرد بین‌سیستمی
۳۱.....	فصل ۲. ارزیابی، فرمول‌بندی و اجتناب از اشتباهات رایج
۵۵.....	فصل ۳. هدایت زوج‌ها به سمت درمان
۷۳.....	فصل ۴. مفهوم‌سازی و درمان سیستمی
۸۵.....	فصل ۵. حفظ تعادل درمانی
۱۰۱.....	فصل ۶. حرکت از محتوا به فرایند
۱۱۹.....	فصل ۷. برانگیختن و تشدید هیجانی
۱۳۹.....	فصل ۸. درمان سیستمی با مراجعان فردی
۱۵۱.....	فصل ۹. عوامل مشترک تغییر در زوج‌درمانی

بخش دوم: رویکردهای اساسی و فنون

۱۶۹.....	فصل ۱۰. ارتقای صمیمیت در روابط
۱۹۱.....	فصل ۱۱. چهارچوب‌بندی مجدد
۲۰۵.....	فصل ۱۲. فنون ارتباط
۲۲۳.....	فصل ۱۳. حل تعارض

فصل ۱۴. تکنیک‌ها و مداخله‌های شناختی.....	۲۵۱
فصل ۱۵. فنون بستن قراردادهای رابطه.....	۲۷۵
فصل ۱۶. کارکردن روی هیجان‌ها.....	۲۹۳
فصل ۱۷. تکلیف خانگی.....	۳۱۱
فصل ۱۸. درمان پیمان‌شکنی.....	۳۳۱
فصل ۱۹. کار با زوج‌های به شدت واکنشی.....	۳۸۳
فصل ۲۰. تحکیم تغییرات و حفظ پیشرفت.....	۳۹۹
منابع.....	۴۰۶
واژه‌نامه.....	۴۲۷
نمایه.....	۴۳۵

یادداشت مترجمان

ازدواج و تشکیل خانواده تاریخی ترین و قدیمی ترین رسم اجتماعی بشر است که تاکنون ادامه داشته است. در کشور عزیزمان، ازدواج و تشکیل خانواده فرازوفرودهای زیادی را طی کرده است؛ با این وجود، خانواده ایرانی سعی کرده است شیرازه و پویایی خود را همچنان حفظ کند. اما با توجه به تحولات فرهنگی، سیاسی، اقتصادی، اجتماعی، گذر از مدرنیته، سست شدن روابط عاطفی، تغییر نگرش ها به ازدواج و فرزندآوری، لذت گرایی و هیجان خواهی، الگوهای ارتباطی و کنترلی ناکارآمد والدین، مهاجرت درون مرزی و برون مرزی، فشارهای شغلی و اجتماعی به نظر می رسد که این وضعیت در حال تغییر است. این درحالی است که نه تنها جامعه سالم، بلکه انسان سالم در گرو خانواده سالم است.

از این رو، باور ما بر این است که طی دو دهه آینده الگوی خانواده ایرانی تغییر خواهد کرد. این پیش بینی به این معنی است که الگوی خانواده ایرانی از حالت هسته ای^۱ و گسترده^۲ خارج و به وضعیت تک ولی^۳ متمایل خواهد شد که در این نوع خانواده فرزند (ان) به ناچار با یکی از والدین خود می بایست زندگی کنند. متأسفانه آمار طلاق در کشور ما گویای این حقیقت تلخ است.

وقتی این واقعیت را با سایر مشکلات و کشمکش های شایع بین زوج ها همچون تعارض های زناشویی^۴، تعارض های مذهبی^۵، حسادت^۶، خیانت^۷، تفاوت های شخصیتی^۸، خشونت های خانگی^۹، افسردگی ناشی از مشکلات زناشویی^{۱۰}، بحران میان سالی^{۱۱}، تعارض والدین با کودکان - نوجوانان^{۱۲}، بدرفتاری جسمی - جنسی - روانی^{۱۳}، سرخوردگی در روابط زناشویی^{۱۴}، فقدان عشق و محبت^{۱۵}، کژکاری جنسی^{۱۶}، وابستگی^{۱۷}، مشکلات مالی^{۱۸} که آن ها را به کلینیک های خانواده و زوج درمانی^{۱۹} می کشاند کنار یکدیگر می گذاریم، موضوع نه فقط یک مسئله^{۲۰} بلکه یک مشکل^{۲۱} و گاهی به یک بحران^{۲۲} در خانواده و ارتباط زناشویی تبدیل می شود.

اصولاً مشکلات زناشویی به لحاظ شدت، ماهیت و سطح به سه دسته تقسیم می شوند:

1. nuclear
2. extended
3. Single-parent family
4. Marital conflict
5. Religion conflict
6. jealousy
7. infidelity
8. personality differences
9. Domestic violence
10. Depression related marital problems
11. Midlife crisis

12. Parenting conflicts with chids & adolescents
13. Physical-sexual-mental abuse
14. Disillusionment with marital relationshap
15. Loss of love/affection
16. Sexual dysfunction
17. dependency
18. Financial conflict
19. Family and marital therapy clinic
20. Problem
21. difficult
22. Crisis in family

سطح یک- چالش^۱: چالش‌ها عبارت‌اند از کنش و واکنش‌های بین زوج‌ها که ریشه در تفاوت‌های فردی، جنسیتی، فرهنگی، تربیتی و نوع نگرش هریک از زوج به زندگی زناشویی دارند. این چالش‌ها رشددهنده و لازمه یک رابطه نزدیک و صمیمی هستند و اساساً سوخت رابطه بوده و اجتناب‌ناپذیرند.

سطح دو- مشکل^۲: مشکلات عبارت‌اند از همان چالش‌های حل‌نشده و ته‌نشین‌شده در رابطه زناشویی که شتاب هم گرفته و کیفیت رابطه را تحت تأثیر قرار داده است. به عبارتی مشکلات موضوعات تکرارشونده‌ای در رابطه زناشویی هستند که به تدریج پویایی، سرزندگی و شوق و ذوق رابطه را کم می‌کنند، حس رضایت از رابطه را کاهش و به هیجان‌های منفی اجازه بروز می‌دهند. در سیستم زناشویی چنانچه به این مشکلات پرداخته و حل نشود، رابطه زناشویی مستعد ورود به سطح بعدی است.

سطح سه- بحران^۳: بحران در رابطه زناشویی بیانگر یک وضع اضطراری در زندگی زناشویی است که فشار روانی، محدودیت و رنج بی‌شماری با خود به همراه دارد و در صورت عدم مدیریت بحران به فروپاشی رابطه زناشویی می‌انجامد. طلاق، خشونت، خیانت، ورشکستگی، فرار نوجوان، فوت همسر یا عضوی از خانواده همگی بحران‌هایی هستند که سیستم زناشویی و خانوادگی را به اضمحلال می‌کشاند. امروزه برای حل مشکلات، تعارض‌ها، اختلافات و کشمکش‌های زناشویی و مدیریت بحران مشاوران و روان‌درمانگران زوج و خانواده به‌عنوان متخصصان حرف‌پاری بخش^۴ و زوج‌درمانگر^۵ وارد این عرصه می‌شوند و در خط مقدم کمک به زوج‌ها با طیف وسیعی از این سطوح مبارزه می‌کنند.

از زمانی که مشاوره ازدواج مبتنی بر روان‌کاوی شروع شد (۱۹۶۶-۱۹۳۱) تا الحاق آن به خانواده‌درمانی (۱۹۸۵-۱۹۶۳)، تاکنون درمانگران این حوزه یا بر عوامل درون‌روانی همچون رویکردهای وفادار به روان‌کاوی یا بر عوامل میان‌فردی همچون رویکردهای سیستمی تمرکز داشته‌اند.

کتاب حاضر دارای این ویژگی منحصر به فرد است که در کاردرمانی هم به خوبی به عوامل درون‌فردی پرداخته و هم عوامل ارتباطی و میان‌فردی را مورد توجه قرار داده است و فراتر از آن عوامل بین‌نسلی. کتاب حاضر دارای بیست فصل است که به خوبی این حوزه را پوشش داده است. روح کلی حاکم بر کتاب سیستمی است و هم‌زمان سعی دارد سیستمی فردی، سیستم زوجی و سیستم بین‌نسلی را در ارزیابی، فرمول‌بندی مورد و درمان مطرح نظر قرار دهد. از این رو، کتاب بسیار کاربردی است و خط سیر کمک به زوج‌های متعارض را از ابتدا تا انتهای کار به خوبی نشان می‌دهد. این به زوج درمانگر کمک می‌کند که سردرگم نباشند و به تبع آن سیستم زوجی را نیز نامتعادل‌تر نکنند. به‌ویژه به زوج‌درمانگران مبتدی کمک می‌کند تا زیر نظر یک سوپروایزر بیاموزند که چگونه در کارشان اثربخش باشند و اعتماد به نفس حرفه‌ای

1. challenge
2. problem
3. crisis

4. Helping professional
5. Couple therapist

به دست آورند. بنابراین مطالعه این کتاب به کلیه مشاوران، زوج درمانگران، خانواده درمانگران و متخصصان بالینی، روان پزشکان و مددکاران اجتماعی پیشنهاد می شود. همچنین این کتاب برای دانشجویان تحصیلات تکمیلی این حوزه های نظری بسیار راهگشاست؛ به خصوص که زیر نظر اساتید مجرب و حرفه ای این حوزه، آن را فراگیرند. امید است این کتاب بتواند بخشی از نیاز تخصصی این حوزه را پاسخ گو باشد و درمانگران با بهره گیری از مطالب علمی آن بیش از پیش در نجات رابطه زناشویی موفق باشند.

دکتر سید علی کیمیایی
دانشیار مشاوره دانشگاه فردوسی مشهد

press.um.ac.ir

درباره نویسندگان

دکتر جerald آر. ویکس

دکتر ویکس پروفیسور - کارشناس برنامه در زمینه ازدواج و خانواده درمانی (COAMFTE) در دانشگاه نوادا لاس وگاس و همچنین در زمینه کار خصوصی است. او سرپرست و عضو انجمن آمریکایی ازدواج و خانواده درمانی می باشد. همچنین مورد تأیید هیئت روان شناسی حرفه ای بوده و دارای بورد سکسولوژی آمریکاست. او ۱۹ کتاب تخصصی (۸ مورد در زوج درمانی) در گرایشات روان درمانی، درمان جنسی، زوج/زنشویی درمانی و خانواده درمانی منتشر کرده است. دکتر ویکس در سال ۲۰۰۹ از سوی انجمن زوج درمانی و خانواده درمانی آمریکا برنده جایزه ارزنده زوج درمانی و خانواده درمانی شد و خانواده درمانگر سال ۲۰۱۰ نام گرفت. محبوب ترین کتاب های وی: *روان درمانگری پارادوکسیکال*^۱ (با همکاری لوایت^۲)، *ژنوگرام های متمرکز*^۳ (با دماریا و هاف^۴)، *اگر فقط می دانستم*^۵، *پرهیز از اشتباهات رایج در زوج درمانی* (با اودل و میت ون^۶) و *درمان جنسی سیستمی*^۷ (با هرتلین و گامبسکیا^۸) هستند. برخی از کتاب های او با ترجمه های مختلف موجودند. دکتر ویکس به صورت ملی و بین المللی درباره موضوعات درمان جنسی و زوج/زنشویی درمانی سخنرانی می کند.



دکتر استفان تی. فیف

دکتر فیف دانشیار - کارشناس برنامه در زمینه ازدواج و خانواده درمانی (COAMFTE) در دانشگاه نوادا لاس وگاس و همچنین در زمینه کار خصوصی است. او استاد بالینی انجمن آمریکایی زوج درمانی و خانواده درمانی و عضو شورای ملی ارتباطات خانوادگی می باشد. وی پژوهش ملی و بین المللی در زوج درمانی و زیرساخت های کاربرد بالینی مؤثر را منتشر و ارائه کرد. پژوهش ایشان در چندین مجله زوج درمانی و خانواده درمانی منتشر شده است. او نیز به طور گسترده ای در اجتماع در زمینه های مرتبط با روابط زوج درمانی و خانواده درمانی سخنرانی می کند. ازدواج موفق کرده و پدر دو پسر است.



1. Paradoxical Psychotherapy
2. Lou L'Abate
3. Focused Genograms
4. DeMaria and Hof
5. If Only I Had Known: Avoiding Common

- Mistakes in Couple Therapy
6. Odell and Methven
7. Systemic Sex Therapy
8. Hertlein and Gambescia

مقدمه

ما خوشحالیم که توانستیم سومین نسخه کتابمان را چاپ کنیم. اساساً این کتاب به عنوان یک کتاب تخصصی نوشته شده است، اما به طور گسترده‌ای در برنامه‌های زوج درمانی و خانواده درمانی مورداستفاده قرار گرفته است. چاپ جدید، آخرین یافته‌های حوزه زوج درمانی را ارائه می‌دهد، اما هم‌زمان اهداف و ساختار پایه‌ای خود از ارزش‌های قبلی را نیز حفظ کرده است.

هدف کتاب این است که مفاهیمی درمورد فرایندهای درمان با زوج‌ها و شماری از فنون، روش‌ها و راهبردهای موردنیاز زوج درمانگر را ارائه دهد و در چاپ‌های قبلی، چاپ ویکز و ویکز و هوف (۱۹۹۵ و ۱۹۹۴، ۱۹۸۷) رویکردهای نظری به زوج درمانی معرفی شد و مروری کلی از ساختار و فرایند درمان اولیه به کمک مطالعات موردی ارائه گردید. کتاب حاضر قدم بعدی است که «نحوه انجام» زوج درمانی را فراهم می‌سازد. در این کتاب ما فرایندهای زوج درمانی، رویکردهای درمانی، درمان برخی مشکلات ارتباطی خاص و نحوه استفاده صحیح فنون در کار با زوج‌ها را به بحث می‌گذاریم. برخلاف سایر کتاب‌های زوج درمانی که بر نظریه تأکید دارند، کتاب ما توسط متخصصان بالینی دانشگاهی و برای متخصصان بالینی که در جست‌وجوی کاربرست‌های عملی و اثربخش هستند و همچنین برای دانشجویانی که دوره زوج درمانی را می‌گذرانند، نگاشته شده است.

کتاب به دو بخش تقسیم شده است. بخش اول به خواننده درکی از نحوه مفهوم‌سازی کیس از دیدگاه سیستمی به کمک الگوی فرانظری که توسط نویسنده ارشد رویکرد بین سیستمی ارائه شده است، ارائه می‌دهد. این چهارچوبی فراهم می‌آورد تا متخصص بالینی رویکردهای متعدد به لحاظ نظری را به روشی نظام‌مند در مقابله با مشکل زوج‌ها با یکدیگر ادغام کند. همچنین چندین فصل مربوط به فرایندهای زوج درمانی نیز در کتاب آورده شده است. اغلب کتاب‌های درمانی به فرایند می‌پردازند، اما هیچ چیزی بیشتر از آنچه ما از فرایندهای درمان بخش ارائه داده‌ایم، ارائه نمی‌دهند. این فصل کمک می‌کند تا تعادل بین عوامل مشترک زوج درمانی در کتاب حفظ شود. بخش دوم کتاب ترکیبی است از چگونگی درمان مشکلات متعددی که بین زوج‌ها شایع است و نحوه کاربرست نظریه‌ها یا رویکردهای مختلف به زوج‌ها، همچون کاربرست شناخت درمانی برای زوج‌ها. همچنین خواننده را در انجام اثربخش مداخله‌ها در کار با زوج‌ها راهنمایی می‌کنیم. یک متخصص بالینی ممکن است فن را بداند؛ اما اگر این فن به درستی به کار نرود، بی‌اثر خواهد بود.

نویسندگان دانش علمی را از حوزه‌ای که کاربردهای بالینی روشن و اثربخش داشت، انتخاب و با

تجارب بالینی گسترده‌ای که با زوج‌ها داشتند، ترکیب کردند. نویسندۀ ارشد به‌شکلی سَنّتی بیش از ۳۰۰۰۰ ساعت زوج‌درمانی و نظارت‌گری بالینی صدها مورد زوج‌درمانی را فراهم کرد. همچنین، نویسندۀ مؤخر نیز که تجربه ۱۰ سال تمرین درمانی و نظارت بالینی دانشجویان فارغ‌التحصیل را به‌خصوص در زوج‌درمانی برعهده داشته است. مهارت‌ها و مداخله‌هایی که در این کتاب آمده است، کاربردی، سراسر است و برای کار با زوج پایه‌ای است. مهارت‌های پیشرفته، فنون غیرمعمول، فنون و فنون با محدودیت کاربرد به‌شکلی هدفمند کنار گذاشته شدند. به‌این دلیل متن برای درمانگرانی که به‌تازگی کار با زوج‌ها را آغاز کرده‌اند و برای مرور و دادن فرصت به زوج درمانگران یا برای درمانگری که نظارت بالینی ارائه می‌دهد، ایده‌آل است. ما معتقدیم که این کتاب چندین خصیصه منحصربه‌فرد دارد:

- پایه‌اساسی در رویکرد بین‌سیستمی به درمان است.
- راهنمای گام‌به‌گام روشن برای ارزیابی و مفهوم‌سازی مشکلات زوج ارائه می‌دهد.
- پیشنهادها و عملی برای مواجهه با موضوعات فرایندی ارائه می‌کند.
- برای حل مشکلات خاص، رویکردها و فونونی ارائه می‌دهد که با تأکید بر کاربرست به‌بحث گذاشته شده است.
- فنون جدیدی برای مواجهه با مشکلات زوج‌ها ارائه می‌کند.
- عوامل مشترک مرتبط با نتایج مثبت زوج‌درمانی مخصوص الگوی خاص به‌کارگرفته‌شده توسط درمانگر را به‌بحث گذاشته است.
- اصول و مداخله‌هایی که برای مراجعان مختلف قابل‌اجراست را به‌گونه‌ای بازشناسی کرده که هر زوج متفاوت از دیگری است و درمان باید برای مراجع مناسب‌سازی شود به‌جای اینکه مراجع در چهارچوب نظریه‌ای خاصی قرار داده شود.

وجه منحصربه‌فرد دیگر این کتاب این است که بر رشد زوج‌ها و نه فقط بر حل مشکل تأکید می‌ورزد. شماری از زوج درمانگران فرض را بر این گذاشته‌اند که با رفع مشکلات آن‌ها صمیمیت زوج‌ها را افزایش خواهند داد. رویکرد ما هم زمان هم بر هدف حل مشکل و هم بر افزایش صمیمیت تمرکز دارد. به‌باور ما این کتاب تنها کتابی است که بر هر دوی این اهداف تمرکز دارد. با اضافه کردن حوزه رشدمدار یا افزایش صمیمیت به زوج‌درمانی، فرایند هم برای درمانگر و هم زوج غنی شده است.

مرور کلی فصل‌ها

فصل ۱- زوج‌درمانی و رویکرد بین‌سیستمی؛ این فصل با مرور کلی و تاریخچه زوج‌درمانی به‌عنوان یک درمان با کیفیت آغاز شده است. تمرکز آغازین فصل بر آشنا کردن خوانندگان با رویکردهای جامع برای درمان زوج‌هاست که رویکرد درون‌سیستمی نامیده می‌شود. رویکرد درون‌سیستمی، فرانظریه‌ای است که به‌شکل گسترده‌ای در بین رویکردهای درمانی متعدد قابل‌کاربست است و چهارچوب مشخصی برای راهنمایی درمانگران در کارشان با زوج‌ها فراهم می‌آورد. این رویکرد بر تعامل سه سیستم یا خرده‌سیستم تأکید می‌ورزد که باید هم‌زمان و موقع کار با زوج‌ها بررسی شود: سیستم فردی، سیستم زوجی و سیستم بین‌نسلی. این الگو راهنمایی برای درمانگران هنگام انجام ارزیابی، مفهوم‌سازی و مداخله با زوج‌ها ارائه می‌دهد.

فصل ۲- ارزیابی، فرمول‌بندی موردی و اجتناب از اشتباه‌های رایج؛ این فصل ارزیابی جامع و فرمول‌بندی کیس برای زوج را در کاربست رویکرد درون‌سیستمی توصیف می‌کند. این ارزیابی متخصص بالینی را قادر می‌سازد تا طرح درمانی چندسطحی را فرمول‌بندی کند. همچنین، این فصل برخی از خطاهای رایج که در طی مرحله ارزیابی روی می‌دهد را به بحث می‌گذارد و پیشنهادهایی برای اجتناب از این دام‌ها ارائه می‌کند.

فصل ۳- هدایت زوج‌ها به سمت درمان؛ این فصل به بررسی اصولی که توانایی زوج را در استفاده از فرایند اثربخش درمانی افزایش خواهد داد، مورد بحث قرار می‌دهد. قلمروهای موضوعات عمومی شامل انتظارات و افسانه‌ها، مرزبندی موضوعاتی همچون تأخیرها، دستمزدها، قرار ملاقات‌های از دست‌رفته و راهنمایی نحوه کمک به زوج تا برای رشدشان مسئولیت‌پذیر باشند.

فصل ۴- مفهوم‌سازی و درمان سیستمی؛ این فصل در اهمیت داشتن رویکرد در مفهوم‌سازی و درمان زوج‌ها با عنایت به رویکرد سیستمی تأکید دارد. این فصل تفکر و مداخله‌های خطی را با دیدگاه سیستمی مقایسه و مشکلات برخی از درمانگران تازه‌کار برای یادگیری تفکر سیستمی را به کمک توصیف شماری از مداخله‌های سیستمی به‌دقت تشریح کرده است.

فصل ۵- حفظ تعادل درمان؛ این فصل به اهمیت تعادل در درمان‌های سیستمی می‌پردازد. فنون مختلفی برای یک رویکرد متعادل با شریک زوج‌ها در درمان زوجی به بحث گذاشته شده است. این فصل با ارائه درک و فهمی از روان‌داری و تعادل، تعیین اینکه آیا تعادل برقرار شده است و فقدان تعادل به‌عنوان حوزه‌ای با اهمیت در بینش فرد به پایان می‌رسد.

فصل ۶- حرکت از محتوا به فرایند؛ این فصل به چالش‌های یادگیری برای گوش دادن به محتوای ارتباط مراجع ضمن درک و حساس بودن نسبت به فرایند می‌پردازد. محتوا و فرایند تعریف و با یکدیگر مقایسه می‌شود. روش‌های درک و فهم فرایند یک جلسه درمانی احصا می‌شود.

فصل ۷- برانگیختن و تشدید هیجان؛ این فصل به جهت‌گیری نویسنده در مهارت‌های برانگیختن و تشدید هیجان در طی جلسه درمانی می‌پردازد. این فصل رویکردهای متعدد برای تشدید و ابرازگری هیجانی، یادگیری مطلوب برای مدیریت آن در کار با زوج‌ها را ارائه می‌دهد. از تصاویر و قیاس‌ها برای توصیف مداخله‌های خاص برای برانگیختن هیجان و از دوباره‌گویی و اهمیت

تمرکز بر موضوعات و مواد اولیه که حوزه‌های اصلی عنوان فصل است، استفاده می‌شود.

فصل ۸- درمان سیستمی با مراجعان فردی؛ این فصل درمورد کاربست مداخله سیستمی، زمانی که با یک عضو زناشویی یا روابط گروهی کار می‌کنیم، بحث می‌کند. موضوع تعادل، همدلی، خودمسئولیتی و رشد قدرت شخص، مورد تأکید قرار گرفته است.

فصل ۹- عوامل مشترک تغییر در زوج‌درمانی؛ فصل به یکی از مهم‌ترین عوامل رشد زوج‌درمانی در قرن ۲۱ اشاره می‌کند: نظریه و پژوهش در عوامل مشترک تغییر و نتایج درمانی مثبت مرتبط با آن. تاریخچه کوتاهی از عوامل مشترک و پژوهش‌ها پی‌جویی و به بحث گذاشته شده و عوامل مشترک مورد پژوهش و الگوها و مرور برجسته شده است. فصل با بحثی از عوامل مشترک ویژه در زوج‌درمانی و کاربست‌های عملی عناصر مشترک در درمان پایان می‌پذیرد.

فصل ۱۰- ارتقای صمیمیت در روابط؛ این فصل یک الگوی متمرکز بر رشد برای درمانگر بالینی فراهم می‌سازد که مبتنی بر یک نظریه مفید بالینی از عشق است. این فصل نشان می‌دهد که شماری از مشکلات زوج می‌تواند در ترس از صمیمیت شریک او ردیابی شود. فنونی برای افزایش صمیمیت زوج و برای کسانی که می‌خواهند فراتر از درمان متمرکز بر مشکل رفته پیشنهاد می‌دهد، ترس از صمیمیتی که به وجود آورنده مشکلات زناشویی زیادی است.

فصل ۱۱- چهارچوب‌دهی مجدد؛ این فصل به یکی از پرکاربردترین فنون درمانی که برای زوج‌ها استفاده می‌شود، می‌پردازد. چهارچوب‌دهی فنی است که برای تغییر معنای نشانگان رفتار از منفی به مثبت و برای تغییر دیدگاه زوج در زمینه انتساب دادن مشکل از فرد به رابطه به کار می‌رود. این فن در ظاهر ساده به نظر می‌رسد، اما کاربست صحیح آن بسیار سخت است. همچنین نیاز است تا مشکلات به روشی چهارچوب‌دهی شود که با نظام باور زوج در پی پایه‌ریزی اساسی برای اجرای سایر رویکردها یا فنون با زوج‌ها همسو باشد.

فصل ۱۲- فنون ارتباط؛ فصل به مرور مشکلات معمول ارتباطی که زوج‌ها به درمان می‌آورند، پرداخته است و راهنمایی عملی برای کار با زوج‌ها تا این مشکلات را شناسایی کنند و یاد بگیرند رابطه کارآمدتری داشته باشند، ارائه می‌دهد. یک چهارچوب عمومی برای آموزش زوج‌ها با سطوح مختلف ارتباطی به کار گرفته شده و فنون ویژه‌ای نیز در این فصل مرور شده است.

فصل ۱۳- حل تعارض؛ در این فصل موضوع تعارض که در کلیه روابط غیرقابل اجتناب است و راهنمایی برای کار مؤثر با تعارض در جلسات زوج‌درمانی ارائه می‌شود. این فصل، خشم و اجزای هیجانی مرتبط با آن و معنا و عملکرد خشم در روابط را بررسی می‌کند. الگوی پیشنهادی حل تعارض که تعارض را در سطوح فردی، زوجی و بین‌نسلی مشخص می‌کند، ارائه شده است. این الگو به درمانگران کمک می‌کند تا احساسات، نگرش و انگیزه‌های مربوط به خشم را قبل از حرکت به سمت مرحله حل مشکل در الگوی حل تعارض شناسایی کنند.

فصل ۱۴- فنون و مداخله‌های شناختی؛ این فصل به مرور حوزه‌ای از زوج‌درمانی که اغلب توسط درمانگران نادیده گرفته شده است؛ یعنی اینکه همسران چطور و چگونه فکر می‌کنند، می‌پردازد. این فصل کاربردهای الگوهای شناختی در زوج‌درمانی را با تأکید بر تحریف‌های

شناختی معمول که توسط زوج‌ها به‌نمایش گذاشته می‌شود، مرور می‌کند. الگوی سیستمی برای کاربست شناخت درمانی نیز توصیف شده است.

فصل ۱۵- فنون بستن قراردادهای ارتباطی؛ در این فصل بر چندین روش قرارداد بستن که ممکن است برای کمک همکارانه برای تغییرات رفتاری زوج‌ها در روابطشان سودمند باشد، تمرکز شده است. اصول کلی برای ایجاد، اجرا و حفظ قراردادها به‌بحث گذاشته شده است.

فصل ۱۶- کار با هیجان‌ها؛ فصول شناختی و رفتاری با بحثی از نحوه کار با مراجعان در زوج‌درمانی پی‌جویی شده است. نویسندگان الگوها و فنونی را برای کمک به شناسایی و ابرازگری هیجانی زوج ارائه داده‌اند. راهنمایی‌هایی نیز برای درمانگران ارائه شده است تا بتوانند احساسات را به‌طور مؤثری در جلسه مدیریت کنند.

فصل ۱۷- تکلیف‌خانی؛ گسترش فنون از اتاق درمان به منزل؛ این فصل، موضوع ارائه تکلیف به زوج‌ها در فرایند درمان را پوشش داده است. شماری از فنون این کتاب ممکن است به فراتر از ساعت درمان و برای تمرین در منزل به‌کار گرفته شود. این فصل نحوه تکلیف دادن، شناسایی تکلیف تعیین شده را به‌بحث گذاشته است و پیشنهادهایی را برای افزایش قبول انجام تکلیف ارائه می‌دهد.

فصل ۱۸- درمان پیمان‌شکنی؛ این فصل به تقاضای دانشجویان برای کمک در مواجهه با روابط فرازناسویی نگاشته شده است. بی‌وفایی سخت‌ترین و پیچیده‌ترین موضوع معنوی، اخلاقی و چالش درمانی برای درمانگر و زوجی است که با آن مواجه شده‌اند. تمرکز اولیه این فصل بر بحث ارزیابی و درمان است. ما چهارچوبی تلفیقی و ساختارمند ارائه داده و بر آخرین یافته‌های پژوهشی مربوط به بخشش به‌عنوان یکی از اجزای کلیدی برای نجات از خیانت تأکید کرده‌ایم. به‌هرحال، بخشش به‌تنهایی و بدون سایر عناصری که با موفقیت به‌انجام رسیده باشد، بی‌فایده است.

فصل ۱۹- کار با زوج‌های به‌شدت واکنش‌گر؛ این فصل به سروکله زدن با چالش‌های درمانی مربوط به زوج‌های به‌شدت واکنش‌پذیر و آسیب‌دیده از خودشیفتگی می‌پردازد. کار با این زوج‌ها به‌شدت سخت است و اغلب در پاسخ به آن‌ها رویکردهای سنتی زوج‌درمانی شکست می‌خورند. پویایی‌های این‌گونه زوج‌ها توصیف و فرایند گام‌به‌گامی برای درمانشان فرمول‌بندی شده است.

فصل ۲۰- تحکیم تغییر و حفظ پیشرفت‌ها؛ این فصل به‌سمت کمک به زوج‌ها تا تغییراتی که آن‌ها به‌دست آورده‌اند و آمادگی برای پایان درمان، جهت داده شده است. موضوعات شامل تشویق مراجعان برای مسئولیت‌پذیری برای پیشرفت‌هایشان و موفقیت‌های آینده، جلسات بازبینی، ادامه غنی‌سازی رابطه، پیشگیری از عود و شناسایی عقب‌گردها می‌باشد.

قدردانی

در اوایل ۱۹۸۰ آقای برنی مازل پس از ریاست انتشارات برانر/مازل، گفت اگر من (G.W) علاقه مند به نوشتن کتابی در زوج درمانی هستم، به این دلیل است که او با این حقیقت آشنا بود که من جزء تنها کسانی بودم که برای دوره های زوج درمانی برای مدتی طولانی آموزش دیده و به طور گسترده ای مورد تحسین قرار گرفته بودم. با پیشنهاد و تشویق از مازل، من و یکی از دانشجویانم اولین نسخه زوج ها در فرایند درمان: رویکردها و فنون در درمان کارآمد را نوشتیم. نوشتن این کتاب به این منجر شد تا از سمت دانشجویانمان تشویق شویم که به آنها آموزش دهیم تا درمانگران تازه کار چگونه آن را در عمل به کار ببرند. این سومین نسخه است که توسط من و استفان فیف، نویسنده همکار جدیدی که در حوزه زوج درمانی پرنفوذ است، نگاشته شده است. ما نه تنها آموزش می دهیم و تمرین های خودمان را داریم، بلکه همچنین نظارت بالینی دانشجویان را انجام داده و هنوز در این مورد دانشجویانمان ما را در تشخیص آنچه برای زوج درمانگران مبتدی نیاز است، در سفر طولانی درمانگری کارآمدشان یاری می دهند.

بعد از چاپ اولین نسخه ما، تیلور و فرانسیس، ناشران برانر-مازل را خرید. ما را مولداوی حامی وفادار و ویراستار ما بود. او و جورج زیمار ناشر به ما خبر دادند که کتاب فروش خوبی داشته، در برنامه های آموزشی مورد استفاده قرار گرفته و باید به روزرسانی شود. ما می خواهیم از او به خاطر کار ویراستاری بی نظیرش، شکیبایی و کمکش در جریان نوشتن این طرح پیش رو تشکر کنیم. ما می خواهیم از چند نفر از ناظران پژوهش که به طور خستگی ناپذیری در پیگیری منابع پایانی ما را یاری و به ما در تصحیح کتاب از دید یک دانشجو کمک کردند، قدردانی کنیم. از ربکا نمسک، جاستین اسمیت، لارن مک کوی و تامارا مارسار که بخش اعظم کار را در این خصوص انجام دادند، تشکر می کنیم. مساعدت های بیشتری هم توسط آستین آلیس، تد یانگ، لندزی ای، کتی دیزنی، فایر چایلد، سارا ستلمن، هدر هاشیکو و لوئیزا مارتینز-کراز صورت گرفته است که از آنان نیز قدردانی می نمایم.