

شکایت های رایج در زوج درمانی

روش های نوین در درمان تعارض زوجین

نویسنده

ژوان لاچکار

مترجمان

دکتر شکوه نوابی نژاد (چهره‌ی ماندگار مشاوره ایران)

نادره سعادت‌ی

مهدی رستمی

انتشارات پند

سرشناسه

لاچکار، ژوان، ۱۹۳۸-م. Lachkar, Joan

عنوان و نام پدیدآور

شکایت‌های رایج در زوج‌درمانی: روش‌های نوین در درمان تعارض زوجین/

نویسنده: ژوان لاچکار؛ مترجمان: شکوه نوابی‌نژاد، نادره سعادت، مهدی رستمی

مشخصات نشر

تهران: جنگل: جاودانه، ۱۳۹۳

مشخصات ظاهری

۲۴۰ ص.

شابک

۹۷۸-۶۰۰-۳۱۶-۲۰۸-۲

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

عنوان اصلی: Common Complaints in Couple Therapy;

New Approaches to Treating Marital Conflict, 2014

یادداشت

واژه‌نامه.

یادداشت

کتابنامه.

عنوان دیگر

روش‌های نوین در درمان تعارض زوجین

موضوع

زوج‌درمانی

موضوع

زناشویی - روان‌درمانی

شناسه افزوده

نوابی‌نژاد، شکوه، ۱۳۱۵-، مترجم

شناسه افزوده

سعادت، نادره، ۱۳۴۶-، مترجم

شناسه افزوده

رستمی، مهدی، ۱۳۵۹-، مترجم

رده‌بندی کنگره

۱۳۹۳ ش ۸/۲ RC۴۸۸/۵۱

رده‌بندی دیویی

۶۱۶/۸۹۱۵۶۲

شماره کتابشناسی ملی: ۳۶۳۸۵۶۰



عنوان کتاب: شکایت‌های رایج در زوج‌درمانی

نویسنده: ژوان لاچکار

مترجمان: دکتر شکوه نوابی‌نژاد، نادره سعادت، مهدی رستمی

ناشر: انتشارات جنگل، جاودانه

ناظر فنی: امین لشکری

نوبت و سال چاپ: اول، ۱۳۹۳

قطع و تیراژ: وزیری، ۱۰۰۰ نسخه

قیمت: ۱۴۰۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۱۶-۲۰۸-۲

[http:// www.junglepub.org](http://www.junglepub.org)

تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۸۶۱۱۵-۹-۶۶۴۸۲۸۳۰

[email:// Info@junglepub.org](mailto:Info@junglepub.org)

۰۳۱-۳۳۲۰۵۰۶۷-۳۳۲۰۳۸۰۰-۹

«حق چاپ برای مترجمان محفوظ است»

شکایات رایج در زوج درمانی

زوج درمانگران در تمام مدت مراجعانی با پیوندها و روابط شکست خورده را می بینند. افرادی که زمانی به شدت عاشق بودند، پس از مدتی می توانند بی تفاوت شوند و تغییر کنند. زوجین گاهی با احساس افسردگی، آسیب روانی و بدرفتاری از طرف همسرشان وارد درمان می شوند. ژوان لاچکار با در نظر گرفتن جنبه های خشونت، ظلم، سادیسم، حسادت و دیگر دفاع های مخفی در سایه ی عشق و صمیمیت به فراز و نشیب های روابط عشقی می پردازد. هر فصل درباره ی شکایاتی با موقعیتی خاص بحث می کند که در آن دستورالعمل ها و نکات درمانی به درمانگر توصیه می شود. شکل های متعدد و توصیفات دقیق تکنیک ها، روش ها و تمایزات تشخیصی در سراسر کتاب آمده است تا به خوانندگان در عمل کردن به تئوری کمک کنند. مفاهیم تئوریک شامل روانکاوی، روابط اشیا، روان شناسی خود، نظریه دلبستگی، رفتار درمانی دیالکتیک، ذهن گرایی و غیره با تأکید بسیار بر گوش کردن و ارتباط کلامی و غیر کلامی است.

ژوان لاچکار، درمانگر خانواده و زوج در ایالت شرممان اوکس کالیفرنیاست. وی با استفاده از رویکرد روان پویایی به روان درمانی مشغول است و کتاب ها و مقالات بسیاری در موضوع شکایت های زوجی نوشته است. او مدرس و عضو مرکز جدید روانکاوی، سخنران ارشد در کنفرانس های متعدد و عضو هیئت تحریریه ی ژورنال بدرفتاری احساسی است.

فهرست مطالب

ز.....	درباره‌ی نویسنده.....
ح.....	مقدمه‌ی مؤلف.....
م.....	مقدمه‌ای از دکتر نوایی‌نژاد.....
۱.....	فصل اول: شکایات و هنر گوش کردن.....
۲۳.....	فصل دوم: روان‌پوشی شکایات (مشارکت‌های نظری).....
۵۳.....	فصل سوم: شریکی برای همراهی.....
۷۹.....	فصل چهارم: قول‌ها، قول‌ها.....
۱۰۳.....	فصل پنجم: رابطه‌ی رباتیک.....
۱۲۱.....	فصل ششم: خود خرابکار.....
۱۴۱.....	فصل هفتم: زندگی پر از دروغ.....
۱۵۱.....	فصل هشتم: تلاقی شرق و غرب.....
۱۷۵.....	فصل نهم: شکایات در سطح حرفه‌ای.....
۱۸۷.....	فصل دهم: توصیه‌ها و تکنیک‌های درمان.....
۲۰۷.....	واژه‌نامه.....
۲۱۹.....	منابع و مأخذ.....

درباره‌ی نویسنده

ژوان لاچکار، درمانگر خانواده و زوج در ایالت کالیفرنیا، عضو مرکز جدید روانکاوی و نویسنده‌ی کتاب‌های زوج مرزی/خودشیفته: دیدگاه روانکاوی زوج‌درمانی، چهره‌های مختلف بدرفتاری: درمان بدرفتاری احساسی زنان پر کارکرد، نقطه‌ی V، چگونه با یک خودشیفته حرف بزنیم، چگونه با یک مرزی حرف بزنیم و مردان ناپدید شونده است. وی افزون بر اینکه متخصص ارتباطات است، یکی از مهم‌ترین متخصصان نزاع‌های سیاسی و زوجی نیز می‌باشد. وی به‌صورت محلی و بین‌المللی در دانشگاه‌ها، مؤسسات روانکاوی و کنفرانس‌های بزرگ در سراسر دنیا تدریس کرده است. دکتر لاچکار تحقیقاتش را بر روی بدرفتاری احساسی، تروریسم و ضد تروریسم با حوزه‌ی سیاسی ادغام کرده و مقاله‌ای با نام «آسیب‌شناسی روانی تروریسم» از دیدگاه روان‌پویشی، در مؤسسه‌ی رند، نوشته است.

www.ke...

مقدمه‌ی مؤلف

این کتاب پیچیدگی متفاوتی نسبت به دیگر کتاب‌های منتشرشده‌ی من دارد. در این کتاب قصد دارم، با شرح اختلالات شخصیتی گوناگون (مرزی، خودشیفته و ...) چگونگی ارتباط آن‌ها را با مکانیسم‌های دفاعی و ممانعت از توانایی در برقراری ارتباط عاشقانه و ارتباط سالم اشیا نشان دهم. این کتاب بر روی شکایات بین فردی تمرکز دارد و هر بخش آن درباره‌ی نوع مشخصی از شخصیت و برخوردهایی بحث می‌کند که پیامد آن موقعیتی ویژه است؛ چراکه هر فرد، هر بیمار، هر زوج و هر فرهنگ شکایات خاص خود را دارند. صحبت‌های افراد و زوجین برای درمان افکارشان و بهبود جنگ و جدال‌هایشان بر سر پول، روابط زناشویی، بچه‌ها و گرفتن حق و حقوق نگهداری از آنان هنگامی که واقعاً در جدال‌اند، حاکی از خیانت، جدایی، ترک کردن، ضایع شدن حق و حقوق و دارایی‌هایشان، قربانی شدن، کنترل کردن، سلطه‌گری و رقابت در نگهداری کودکان ۳ تا ۶ ساله خود است. درمان آسیب‌پذیری‌های احساسی در چارچوب این شکایت‌ها، آن را به‌گونه‌ای الزامی می‌سازد که بتوان تفاوت‌های کیفی آن را محاسبه کرد. درمان این برخوردها به فهم گسترده روان‌پویشی در اختلالات شخصیتی گوناگون و ارتباط آن با محیط نیاز دارد. نظر به اینکه این کتاب نگاهی جدی به هنر شگرف شکایت کردن را می‌طلبد، کاوشی ماورای اختلالات قومی و مذهبی برای فهم شکایات پویایی از چشم‌انداز کلینیکی و فرهنگی است.

نمای کلی توصیف عناوین در این کتاب، همچون نام‌نهادن «خودشیفته»، «قول دهنده» تا «مرزی» یا «دریغ‌کننده» تا «شخصیت وسواسی» کتاب را نه تنها برای خواننده سخت‌تر نمی‌کند؛ بلکه کتاب را به‌گونه‌ای متفاوت جلوه می‌دهد. این عناوین ما را با برخوردهای مرتبط با انواع گوناگون شخصیت‌ها و عکس‌العمل‌های هر فرد در فراخواندن دیگران آشنا می‌کند. ما نیازمندیم بدانیم که «چگونه گوش دهیم» و بگوییم، «چه موقع می‌شنویم». مشکلی را که شاکی فکر می‌کند حق با اوست، با شکایتی که شکایت‌فست، فرق بگذاریم. سرانجام باید بیاموزیم، چگونه با یک گوش فرهنگی گوش دهیم (فصل ۸).

بعد از نشر اولین کتابم، با نام زوجین خودشیفته / مرزی به سمت متفاوتی از دیگر انواع طبقه‌بندی زوجین که هیجان بیشتری دارد، در حیطه شکایات نسبت به اختلالات دیگر سوق پیدا کردم. تجربه‌ی من در مقام یک استاد ماهر، انگیزه‌ی مرا برای استفاده از

درگیری‌های زوجین، در تعارضات در گردش و بی‌انتهای آنان افزایش می‌دهد. این کتاب نسبت به کارهای قبلی من بازنگری مجددی از تجربه‌های آسیب‌زای آنان و زخم‌های کهنه‌ای است که در زندگی‌شان تأثیر گذاشته است؛ این زخم‌های کهنه می‌تواند با مفهومی شرح داده شود که منشأ آن را نقطه‌ی ۷ نامیدم (لاچکار، ۲۰۰۸). این عبارت نوعی سازمان-دادن داخلی برای لانه‌گزینی بر تارک آسیب‌پذیری است. نقطه‌ی ۷ مرکز بیشتر سطوح احساسی ماست که تحت آسیب‌های احساسی قرار می‌گیرد؛ این آسیب در اولین ضربه‌ای که فرد مورد تهاجم قرار گرفته است، شکل می‌گیرد. این زخم کهنه یا همان نقطه‌ی ۷ چیزی است که احساسات سرکوب‌شده‌ی ما که بر سطح انفجار نزدیک بوده است را شامل می‌شود و با حداقل تحریک به اوج می‌رسد. نقطه‌ی ۷ نقطه‌ی دقیقی است که شکایات به هدف برخورد می‌کند و سبب عکس‌العملی دور از انتظار زوجین می‌شود.

شکایات متفاوتی وجود دارد؛ برای مثال، شکایت شخصی که از او قدردانی شایسته‌ای نشده است یا سرپوشی بر روی خواسته‌های شخصی او گذاشته شده است، با شکایت مراجع مرزی کاملاً متفاوت است که با درد پیوندیافته، قربانی شده یا مورد انتقام قرار گرفته است. همچنین، با شخصیت یک آدم و سواسی که از بی‌نظمی دنیای اشیای اطرافش همواره شاکی است، در تضاد است. تمامی این رفتارها روی زندگی و عشق زوجین تأثیر دارد که برای اثبات این سخن در سراسر متن هر فصل با به تصویر کشیدن گزارش‌های موردی و شرح کوتاهی از تکنیک‌های تئوری و روش‌های به کار گرفته شده همراه است.

این کتاب با به کارگیری مفاهیم، ایده‌ها و فرمول‌های نظری متمایز از کتاب‌های منتشرشده‌ی قبلی من است که تمرکز خاصی بر علایم و مکانیسم‌های دفاعی دارد که ظهور آن اهداف اصلی شدیدی در صمیمیت و عشق زوجین همراه دارد. این دفاع‌ها شامل واپس روی، جداسازی، رهایی، اضطراب، شرم، خجالت، دونیمه سازی، درون فکنی و برون فکنی می‌باشد که به منزله‌ی ویروس‌های آلوده‌کننده و متجاوز به سلامتی و توانمندی روابط عاشقانه هستند. در تجارب بالینی و حرفه‌ای خود، روی تعدادی از زوجین کار کردم که در ازدواجشان دچار یأس و ناامیدی شده‌اند و در عشقشان شکست خورده‌اند؛ عشقی که در ابتدا دیوانه‌وار شروع شده اما پس از مدتی این احساس عشق در آن‌ها از بین رفته است. بسیاری از این زوجین با احساس افسردگی، آسیب‌های روانی و ناامیدی و همچنین مورد اذیت و آزار قرار گرفتن توسط شریکشان به جلسات می‌آیند. جست‌وجو و تلاش برای یافتن سایه‌ای از دفاع‌های کشف نشده که مرزهای عشقی آن‌ها را نابود می‌کند با کشف اعجاب‌انگیز آن‌ها

انگیزه‌ی کافی برای من بود که فراز و نشیب‌های روابط عاشقانه را امتحان کنم. درگیر شدن با جنبه‌های مختلفی از تجاوز، درگیری‌های سادیسمی، انکار و دیگر دفاع‌های ابتدایی که توانمندی عشق و خیانت را تهدید می‌کند، برایم مطالعه‌ی جالبی به نظر می‌رسید، لذا به‌طور عمده از روانکاوی، روان‌شناسی اجتماعی، رفتاری، گروهی و تاریخی با یک روش فرا روان‌شناختی به مطالعه‌ی افراد، زوجین و گروه‌های درگیر ابعاد چند فرهنگی پرداختم. اعتقاد من با دیگر استادان دانشگاه که ادعا می‌کردند، درمانگر به جداسازی فرهنگ‌های مختلف مجبور نیست، کاملاً متفاوت بود. همان‌طور که می‌دانیم، اجتماع روند جدیدی به خود گرفته و کاملاً تغییر کرده است؛ از این‌رو در دو دهه‌ی گذشته شاهد رنگ‌های جدیدی از ازدواج‌های نژادی و چند فرهنگی، حضور هم‌جنس‌گرایی و ... بوده‌ایم.

امروزه، این امر بدیهی به نظر می‌رسد که تمرینات کلینیکی باید نظریات اجتماعی و یادگیری فنون مقابله با آن‌ها را دربر داشته باشد. با فهم این مطلب که مردم در فرهنگ‌های مختلف متفاوت‌اند، باید به برآورده کردن نیازهای ویژه عموم از فرهنگ‌های مختلف و گروه‌های قومی و همچنین سلامت روانی آنان به‌صورت حرفه‌ای توجه کرد. از سوی دیگر، باید تفاوت درجه آزادی‌دگی و تعدی به حقوق زنان در مرزهای مختلف در نظر گرفته شود. بارز است که درمانگران برای نفوذ در مرزهای نفوذناپذیر باید در حیطه‌ی مذهب، شیوه‌های پرورش کودکان، ایدئولوژی و اسطوره‌شناسی و همچنین از دیدگاه روان‌پویشی به مواردی همچون شرم، افتخار، حفظ ظاهر، گناه، وابستگی، حسادت، غبطه، صمیمیت، بینش فردی و درک معنای خود بنگرند. دانش روان‌شناسی گروهی نه‌تنها در فهم پویایی زوجین چند فرهنگی، بلکه در مورد کسانی که از ملت‌ها، کشورها و حتی مؤسسات و شرکت‌ها هستند اهمیت بسزایی دارد.

رئوس مطالب کتاب (دورنمای کلی)

فصل یک: ارائه یک نمای کلی از ساختار روان‌شناختی یک شاکی از دیدگاه روان‌پویشی / روانکاوی را نشان می‌دهد. این فصل روش‌های مختلف گوش کردن را پیشنهاد می‌کند و شرح می‌دهد که چه موقع یک شکایت، شکایت است و چه موقع یک شاکی خالی از شکایت است. در این فصل شکایت‌های رایج که زوجین را به مرز درمان می‌کشاند و چگونگی فرآیند گوش دادن به شکایت و جلوه‌دادن آن در جنبه‌های گوناگون تحلیلی اشاره دارد، بررسی می‌شود.

فصل دوم: این فصل به شکل ویژه‌ای بر همکاری نظریه‌های مختلف روان‌پویشی تمرکز دارد. از روانکاوی کلاسیک، روان‌شناسی ایگو، تئوری دلبستگی، ارتباط اشیا و روان‌شناسی

خود تا بیشتر تئوری‌های معاصر، همچون نظریه‌ی روان‌شناسی دیالکتیک اشاره دارد. همچنین، این مطلب را نشان می‌دهد که هر نظریه‌پرداز با توجه به چارچوب نظری خود به شکایت چگونه پاسخ می‌دهد.

فصل سوم: این فصل روی شاکی مشخص شده (کسی که خود را ذی‌حق می‌داند) تمرکز دارد؛ شخصی که احساس برآب‌وتابی دارد که جهان به او بدهکار است. عنوان فصل شریکی برای همراهی (یک نفر برای تانگو) استعاره‌ای است، حاکی از شخصیت کسی که مجذوب ویژگی‌های خود شده است و همیشه فقط خود را می‌بیند و همواره بدون هیچ آگاهی از تأثیر رفتارش بر دیگران می‌گوید: «من، من و فقط من». گفتنی است، استفاده از این استعاره خواننده را به این اندیشه وا می‌دارد که همواره در مسیر، حضور یک شریک و همراه ضروری به نظر می‌رسد.

فصل چهارم: این فصل به ارائه نوع دیگری از شاکیان اشاره دارد، کسانی که مدام وعده می‌دهند و با عناوین انتقام‌جو، خیانت‌کار، زن پرست، زن افسونگر، قربانی، سوءاستفاده کننده، معتاد، سیری‌ناپذیر، خرابکار و ... خوانده شده‌اند. فرد قول دهنده برخلاف دیگر بازیگران شخصیت‌های این کتاب، دارای توانایی وانمود کردن باطن دروغین خویش در قالب چهره‌ای وفادار و صادق است؛ اما نمایش آن‌ها با خرابکاری و خیانت به پایان می‌رسد و شاهد خشم و بی‌اعتمادی نسبت به وی از سوی کسانی هستیم که او را باور کرده‌اند.

فصل پنجم: این فصل شخصیتی رباتیک را توصیف می‌کند، ویژگی منحصر به فرد از دیگران که در آن شاکی از وسواس نسبت به اشیاء بیش از عشق یا صمیمیت مورد آزار روحی قرار گرفته است. این افراد ظاهر فریبکار، دروغ‌گو و شخصیت بیمارگونه کاذب دارند. همچنین آن‌ها دارای وجدانی هستند که توسط سوپرایگوی خشن، سخت و سنگینی تسخیر شده و در جهت فریفتن انسان‌ها تقاضاهای زیادی از آن‌ها دارد. خواننده در این فصل از نحوه‌ی شکایت‌هایش به شخصیت او پی می‌برد.

فصل ششم: این فصل به توصیف شخصیت منفعل - پرخاشگر می‌پردازد. یکی از محدود کسانی که آشکارا شکایت نمی‌کنند؛ بلکه به‌صورت ناخودآگاه وادار به خشونت نسبت به دیگران می‌شوند، این افراد وابستگی انگلی درمانده خود را به دیگران فرافکن کرده، آن‌ها را به پذیرفتن نقش والدینی و مراقبت‌های والد گونه وادار می‌کنند. حضور شخصیت منفعل - پرخاشگر در این فصل به‌نوعی یک افسردگی یا قربانی شدن تلقی شده و همراه با استفاده از این استعاره (من بیچاره) بیان شده است. آنچه این نوع شخصیت را از دیگر شاکیان متمایز

کرده است، این است که شکایت‌های آنان در سطح تنفر از خود به صورت ذاتی و درونی درمی‌آید و جزئی لاینفک از وجودشان می‌شود. حس شکست درونی آن‌ها را به سطح پایین رقت و دلسوزی می‌رساند.

فصل هفتم: این فصل به شخصیت ضداجتماعی و زندگی «پراز دروغ» او اشاره دارد. این شاکی‌ها با نداشتن وجدان مشخص شده‌اند. صفت بارز آنان عدم عملکرد سوپر ایگو و نداشتن پشیمانی و احساس گناه در زمینه‌ی اعمال فریبکارانه و به عمد آن‌هاست.

فصل هشتم: شاکیان چند فرهنگی با طرح و قالب زوج‌های چند فرهنگی (عمدتاً از آسیای میانه و شرق) توصیف شده‌اند. آنان به صورت بی‌رحمانه‌ای نسبت به پرچم‌های فرهنگی‌شان، اعتقاداتشان و غرور ملیتی‌شان وفادارند و خود را با موقعیت‌های موجود وفق نمی‌دهند و هیچ کاری برای اتحاد این احساس انجام نمی‌دهند و در نهایت تعارض در رفتارشان با دیگران خلق می‌شود. این بخش با توجه به شرح چگونگی گوش دادن (اشاره به فصل یک)، چگونه گوش دادن به شکایات را با یک «گوش فرهنگی» به ما نشان می‌دهد.

فصل نهم: فصل نهم شکایت را به سطح قانونی می‌برد و به صورت حرفه‌ای کار می‌کند. افراد در شرکت‌های بزرگ از بهره‌کشی، تحقیر و بدرفتاری مدیران نسبت به آنان شکایت می‌کنند. تدوین کاربرد روان‌شناسی گروهی در این بخش شرح می‌دهد که چگونه یک گروه، مؤسسه یا شرکت به باندهای دسیسه‌آمیز می‌پیوندند. آنان همواره در پی یافتن مقصر هستند؛ یک شخص قربانی که مشکلات را روی دوش او بیندازند و او را مسئول تمام خرابکاری‌ها بدانند.

فصل دهم: این فصل شامل پیشنهادات درمانی و ارائه تکنیک‌هاست. با توجه به شرح عملکردهای درمانی، سه فاز درمانی در پروسه‌ی درمان و یک خلاصه از چگونگی گوش دادن پیشنهاد می‌شود. در این بحث مسیر گسترده‌ای از تکنیک‌های گوش دادن و روش‌های تئوری بدون هیچ تفاوت کیفی و تقسیمات آن برنامه‌ریزی شده است. در این راستا پیرامون تأثیر ارتباطات و کاوش روی شکایات رایج بحث شده است. توجه به این مطلب اهمیت دارد که «شکایت یک فرد می‌تواند نیاز فرد دیگر باشد» و سرانجام انعکاس‌ها را روی طبیعت شکایات در جهان در حال تغییر پیشنهاد می‌کند.