

مشاوره و درمان

مسائل زن و شوهری

«مشاوره و روان‌درمانی برای مشکلات زوج‌ها»

تألیف:

لین. لانگ

مارک. یانگ

ترجمه:

دکتر علی محمد نظری

جواد خدادادی

مسعود اسدی

کبری ناموران

حسین صاحب‌دل

ویراستار:

دکتر علی محمد نظری



انتشارات آواي نور

تهران - ۱۳۹۲

فهرست مطالب

بخش ۱: اصول، ارزیابی و طرح‌ریزی

فصل ۱: زوج به عنوان سیستم منحصر به فرد.....	۱۷
مفاهیم کلیدی.....	۱۷
عوامل استرس‌زا و رابطه زوجی.....	۲۰
زوج‌های ازدواج کرده و ازدواج نکرده در عصر حاضر.....	۲۲
نهضت ازدواج.....	۲۴
پویایی‌های نظام زوجی.....	۲۵
مرزها و تخطی مرزی.....	۲۶
انتظارات شکل گرفته از خانواده اصلی و تأثیر آن بر سیستم زوجی.....	۲۷
نیاز به صمیمیت در زوج‌ها.....	۳۰
زوج باید به قدرت پردازند.....	۳۰
وظایف روان‌شناختی زوج.....	۳۱
خصوصیات زوج‌های سالم.....	۳۴

فصل ۲: نظریه‌های زوج‌درمانی.....	۳۷
مفاهیم کلیدی.....	۳۷
زوج‌درمانی رفتاری.....	۴۰
رفتار درمانی چیست؟.....	۴۰
تعریف مفاهیم کلیدی.....	۴۱
تفکرات تحریف شده درباره همسر و رابطه زوجی.....	۴۹
فنون و روش‌های درمان.....	۵۱
مهارت‌های استحکام‌بخش.....	۵۲

۵۳	تغییر الگوهای تقویت
۵۴	تصحیح خطاهای شناختی
۵۷	رویکردهای چند نسلی به زوج درمانی
۵۷	درمان روابط موضوعی و درمان بوثنی
۵۸	درمان روابط موضوعی
۶۰	تعریف اصطلاحات کلیدی
۶۱	پیش فرض های نظریه روابط موضوعی
۶۴	فنون و روش های درمان
۶۶	نظریه بوثنی
۶۷	تعریف اصطلاحات کلیدی
۶۸	پیش فرض های درمان بوثنی
۷۰	فنون و روش های درمان
۷۱	مراحل زوج درمانی بوثنی
۷۱	جیمز فرامو

۷۵	فصل ۳: نظریه های زوج درمانی (بخش دوم)
۷۵	مفاهیم کلیدی
۷۶	زوج درمانی ساختاری و راهبردی
۷۷	تعریف اصطلاحات کلیدی
۷۸	پیش فرض های درمان ساختاری
۷۹	پیش فرض های درمان راهبردی
۸۰	پیش فرض های مشترک هر دو رویکرد
۸۳	فنون و روش های درمان
۸۸	درمان راه حل محور
۸۸	سازهنگری
۹۰	تعریف اصطلاحات کلیدی
۹۲	پیش فرض های درمان راه حل محور
۹۴	فنون و روش های درمان
۹۷	زوج درمانی روایتی و متمرکز بر هیجان
۹۷	روایت درمانی
۹۸	تعریف اصطلاحات کلیدی
۹۹	پیش فرض های روایت درمانی
۱۰۰	زوج درمانی متمرکز بر هیجان

- تعریف اصطلاحات کلیدی ۱۰۱
- پیش فرض‌های درمان هیجان‌محور ۱۰۲

فصل ۴: مدل یکپارچه‌نگر در زوج‌درمانی ۱۰۵

- مفاهیم کلیدی ۱۰۵
- خطوط مشترک نظریه‌ها ۱۰۶
- تشکیل تیم زوجی ۱۱۰
- تغییر در احساسات، رفتارها و شناخت‌ها ۱۱۰
- یادگیری تکلیف مداوم‌بخش ۱۱۱
- زوج‌درمانی یکپارچه‌نگر ۱۱۲
- مرحله اول: ارزیابی و مشخص کردن تعریف مشترک ۱۱۳
- گسترش تعریف مشترک: چهارچوب‌دهی مجدد ۱۱۵
- تعریف تعاملی چگونه در درمان عمل می‌کند؟ ۱۱۷
- مرحله دوم: هدف‌گزینی: «ما هدف مشترکی داریم» ۱۱۹
- برون‌سازی مشکل ۱۱۹
- تعیین اهداف رفتاری و عاطفی ۱۲۰
- مرحله سوم: مداخلات: «ما مشکلی قابل حل داریم» ۱۲۲
- شناسایی قابلیت‌ها ۱۲۲
- طراحی مداخلات ۱۲۴
- مرحله چهارم: تداوم‌بخشی: «ما راه حلی داریم» ۱۲۵
- تعهد چالش برانگیز ۱۲۵
- شناسایی موانع و تله‌ها ۱۲۶
- مرحله پنجم: اعتباربخشی: «مشکلی وجود ندارد» ۱۲۷
- جشن گرفتن موفقیت ۱۲۷
- بناکردن راهبردهای پیگیرانه ۱۲۷
- تجربه ما در کار بر اساس مدل یکپارچه ۱۲۸

فصل ۵: ارزیابی زوج و مشکلات‌شان ۱۳۳

- مفاهیم کلیدی ۱۳۳
- ارزیابی فرایندی مداوم است ۱۳۴
- ارزیابی با استفاده از مدل یکپارچه‌نگر ۱۴۰
- قیف ارزیابی ۱۴۰
- مسیرهای ارزیابی زوج‌ها: افراد، مشکلات موجود در رابطه یا کیفیت رابطه ۱۴۱
- ارزیابی فردی ۱۴۱

۱۴۴	ارزیابی مشکلات موجود در رابطه
۱۴۸	ارزیابی کیفیت رابطه
۱۵۰	ارزیابی در هنگام وقوع بحران زوجی
۱۵۰	استفاده از آزمون‌ها و ابزارهای غیر رسمی در ارزیابی زوجها
۱۵۲	سنخ‌نمای مایرز-بریگز
۱۵۳	تفسیر سنخ‌نمای مایرز-بریگز
۱۵۷	ارزیابی اسطوره‌های زوج
۱۵۷	تکالیف مشترک زوجها
۱۵۷	عکس‌های خانوادگی

فصل ۶: تشخیص، هدف‌گزینی و طرح‌ریزی درمان ۱۶۱

۱۶۱	مفاهیم کلیدی
۱۶۳	راهنمای تشخیصی و آماری اختلالات روانی (DSM-IV-TR)
۱۶۴	شرایط یا کدهای "V" در DSM-IV-TR
۱۶۶	تشخیص‌های مربوط به اختلال سازگاری در DSM-IV-TR
۱۶۷	تشخیص‌های خانواده‌درمانی
۱۶۹	الگوهای زوجی مشاهده شده توسط نظریه‌های گوناگون
۱۷۰	ارزیابی و تشخیص: پیش‌آیند طرح‌ریزی درمان در مدل یکپارچه‌نگر
۱۷۳	مرحله اول: صورت‌بندی تعریف تعاملی در جهت هدف‌گزینی
۱۷۶	سطوح شش‌گانه تغییر
۱۸۴	مرحله دوم: هدف‌گزینی
۱۸۶	تبدیل مشکل به هدف

بخش ۲: مسائل رایج در زندگی زوجی

فصل ۷: راهبردهای درمانی ۱۹۷

۱۹۷	مفاهیم کلیدی
۱۹۷	لزوم خلق راهبردهای درمانی خلاقانه
۲۰۰	چهارچوب‌دهی مجدد
۲۰۲	استعاره و تصویرسازی ذهن
۲۰۴	تعویض نقش
۲۰۶	تمرین نقش
۲۰۸	آیین‌ها
۲۱۰	قرارداد بستن

۲۱۱	 نشان دادن مشکل
۲۱۲	 تعدیل تعارض
۲۱۳	 استفاده از داستان و فنون روایتی
۲۱۴	 رقص / تحرک درمانی
۲۱۶	 فنون روان نمایشگری
۲۱۷	 فنون هنردرمانی
۲۱۹	 موسیقی درمانی
۲۲۲	 یافتن استثنائات
۲۲۳	 تعریف‌های درمان‌بخش
۲۲۵	 امیدبخشی
۲۲۷	 بازی و شوخی
۲۲۹	 نتیجه‌گیری
۲۳۱	فصل ۸: آموزش ارتباط و گفت‌وگو
۲۳۱	 مفاهیم کلیدی
۲۳۴	 ارتباط به عنوان مجموعه‌ای از مهارت‌ها
۲۳۸	 تفاوت‌های جنسیتی در ارتباط
۲۴۰	 مدل خطی
۲۵۲	 مشکلات ارتباطی زوج‌ها
۲۵۳	 سایر مشکلات ناسازگاری
۲۵۸	 برنامه‌های پرورش رابطه و آموزش گفت‌وگو
۲۶۰	 آماده‌سازی / فنی‌سازی
۲۶۰	 برنامه پیشگیری و ارتقای رابطه
۲۶۳	 برنامه کاربرد عملی مهارت‌های رابطه صمیمانه
۲۶۷	فصل ۹: صمیمیت و تمایلات جنسی
۲۶۷	 مفاهیم کلیدی
۲۶۸	 صمیمیت
۲۶۸	 موضوعات مرتبط با جنسیت
۲۷۰	 مدل مثلثی عشق
۲۷۱	 مداخلات درمانی

۲۷۲	 استفاده از مدل یکپارچه نگر: مشکل صمیمیت
۲۷۵	 جنبه‌های جنسی و روابط
۲۷۶	 زوج و مسائل جنسی
۲۷۶	 مسائل اجتماعی و تمایلات جنسی
۲۷۷	 ارتباط و تمایلات جنسی
۲۷۸	 رشد مشکلات جنسی
۲۷۹	 فرایند درمان جنسی
۲۷۹	 ارزیابی و تشخیص
۲۸۰	 جنوگرام جنسی
۲۸۱	 هدف‌گزینی برای درمان مشکلات جنسی
۲۸۱	 اختلالات جنسی مردان و زنان
۲۸۱	 اختلال عملکرد جنسی در مردان
۲۸۴	 اختلالات جنسی شایع در زنان
۲۸۷	 سایر مشکلات در روابط جنسی
۲۹۰	 تجاوز جنسی در دوران کودکی و درمان آن
۲۹۱	 مسائل اخلاقی برای مشاورانی که برای درمان مسائل جنسی آموزش می‌بینند
۲۹۲	 کاربرد مدل یکپارچه: کارکردن با مشکل جنسی
۲۹۵	فصل ۱۰: تعارض: مذاکره و حل و فصل
۲۹۵	 مفاهیم کلیدی
۲۹۶	 منابع تعارض
۲۹۷	 نظریه‌های تفاوت‌های ادراکی
۲۹۷	 نظریه انصاف (برابری)
۲۹۸	 نظریه تبادل
۲۹۸	 نظریه اسناد
۲۹۹	 نظریه‌های رفتار/ رویداد درباره تعارض
۲۹۹	 نظریه مذاکره
۳۰۰	 نظریه رشدی
۳۰۶	 مثلث‌سازی
۳۰۶	 الگوهای تعاملی تعارض

۳۰۸		مراحل رشد تعارض زوجها
۳۰۹		خشونت در روابط زوجها
		دلایلی برای این که چرا زنان در موقعیت‌های فریب و سوء استفاده می‌مانند و یا به آن موقعیت‌ها برمی‌گردند
۳۱۴		
۳۱۶		انصاف در روابط زوجها
۳۱۸		مذاکره و حل مسئله برای زوجها
۳۲۰		مداخلات بالینی
۳۲۶		کاربرد مدل یکپارچه‌نگر
۳۳۱		فصل ۱۱: زوج‌های مفاسدی طلاق
۳۳۱		مفاهیم کلیدی
۳۳۱		مفهوم جامعه‌شناسی: شیوع طلاق
۳۳۲		نظریه‌های مرحله طلاق
۳۳۴		مراحل طلاق
۳۳۶		موقعیت‌های طلاق
۳۳۷		ابعاد درون روانی
۳۳۷		رفتار / رویدادها
۳۳۷		مضامین درمانی
۳۴۰		کاربرد مدل‌های مرحله طلاق
۳۴۰		مشاوره و مراحل طلاق
۳۴۴		مدل یکپارچه‌نگر و درمان طلاق
۳۵۱		ملاحظات برای مشاوران
۳۵۳		پرسشنامه بازخورد
۳۵۳		راهنماهای مداخله
۳۵۶		نقش مشاور
۳۵۶		نقش وکیل
۳۵۷		نقش مناسک (آیین‌ها) برای جدایی و طلاق
۳۵۹		مداخله
۳۶۱		نتیجه‌گیری

فصل ۱۲: روابط فرا زناشویی.....	۳۶۳
مفاهیم کلیدی.....	۳۶۳
تعاریف.....	۳۶۵
شیوع رابطه نامشروع چگونه است؟.....	۳۶۶
انواع پیمان شکنی.....	۳۶۷
تفاوت‌های جنسیتی.....	۳۷۲
افسانه عشق، تهدید یا مخاطره؟.....	۳۷۳
عوامل اجتماعی.....	۳۷۴
درمان پیمان شکنی در پرتو فرهنگ.....	۳۷۵
رهنمودهایی برای بر ملا سازی رابطه نامشروع.....	۳۸۲
رهنمودهایی برای استفاده درمانگران از مدل یکپارچه‌نگر.....	۳۸۵
پیمان شکنی و مدل یکپارچه‌نگر: یک مثال موردی.....	۳۸۵
منابع.....	۳۹۷

مقدمه مترجمان

مشاوره ازدواج و زوج‌درمانی موضوعی نسبتاً جدید در دانشگاه‌ها و بسیار قدیمی در سطح جوامع بشری است. در کشور ما چند سالی است که به مشاوره ازدواج به صورت علمی در دانشگاه‌ها پرداخته شده و دانشجویان رشته‌های مشاوره و روان‌شناسی دروسی را در این زمینه در سرفصل‌های خود دارند. البته در کشور ما ازدواج و خانواده جایگاه خاصی دارد و می‌توان نقشی ممتاز برای ازدواج سالم و رابطه زوجی سالم در خانواده‌های ایرانی یافت. با پیچیده‌تر شدن جامعه، و افزایش مشکلات زن و شوهری توجه به نقش مشاوران در شکل دادن به رابطه زوجی سالم برجسته شده است. به عبارتی، نیازی روزافزون در جامعه ما برای جست‌وجوی افرادی که بتوانند به زوجها در حل مشکلات و تعارضات کمک کنند و افرادی که بتوانند در یافتن همسری مناسب یاری‌دهنده باشند در حال شکل‌گیری است. به دنبال همین نیاز روزافزون، بسیاری از روان‌شناسان و مشاوران که دوره‌های تحصیلی را به پایان رسانده‌اند در کار مشاوره ازدواج و زوج‌درمانی وارد شده‌اند که حتی یک واحد درس مشاوره ازدواج یا زوج‌درمانی نگذرانده‌اند. درمان مشکلات زن و شوهری زیربنای تئوری و روش‌های خاص خود را دارد که اگر درمانگر و مشاور به آن‌ها تسلط نداشته باشد بدون شک آسیب زیادی به زوج وارد می‌سازد. که درباره بسیاری از گرایش‌های روان‌شناسی این مسئله به‌روشنی مشخص است. حال که متخصصان حوزه‌های کودکان استثنایی، روان‌شناسی تربیتی، روان‌شناسی صنعتی، مشاوره شغلی، مشاوره مدرسه و ... در عمل به کار مشاوره ازدواج می‌پردازند، وجود منابع علمی قوی به زبان فارسی شاید بتواند به حرکت در مسیر درست علمی کمک کند. هر فرد که بخواهد به مشاوره ازدواج و زوج‌درمانی اقدام کند باید با مطالعه متون علمی، در آن زمینه تخصص پیدا کند تا بتواند با حرکت در مسیر تئوری‌های علمی حرکتی منطقی و کمک‌کننده داشته باشد. مشاوره ازدواج و زوج‌درمانی مانند همه رشته‌های علمی، تئوری‌های خاص خود را دارد که این تئوری‌ها با تئوری‌های روان‌درمانی انفرادی در بسیاری از موارد متفاوت‌اند. بسیاری از این تئوری‌ها در کتابهای زوج‌درمانی و مشاوره ازدواج آمده‌اند.

کتاب حاضر که توسط یانگ و لانگ نوشته شده از نظر مبانی تئوریک نسبتاً قوی است و بسیاری از مبانی نظری معتبر را به شکلی قابل استفاده در داخل بافتی از یک مدل مفهومی توضیح داده است. اینجانب اولین بار ویرایش ۱۹۹۷ این کتاب را مطالعه کردم و با توجه به تجربه زوج‌درمانی، آن را مفید یافتم. به همین دلیل شروع به ترجمه آن نمودم. بخش قابل توجهی از کتاب ترجمه شد ولی به دلایل گوناگون ترجمه آن متوقف شد تا این که اخیراً ویرایش جدید این کتاب را دریافت کرده و به همراه همکاران اقدام به ترجمه آن نمودیم. با توجه به این که زوج در متنی در بافت فرهنگی متفاوتی پیدا می‌کند، بخش‌هایی از کتاب که با فرهنگ ایرانی - اسلامی ما نا همخوان بوده حذف شده‌اند. تلاش شده مفاهیم کتاب به شکلی قابل فهم ارائه شود تا علاوه بر درمانگران، زوجها و خانواده‌ها نیز بتوانند از آن بهره ببرند. به امید این که ترجمه این کتاب بتواند در یاری رساندن به زن و شوهرهای ایرانی نقشی ایفا نماید و به امید این که هر روز با کاهش مشکلات زن و شوهری نیاز به درمانگران زوج کمتر و کمتر احساس شود.

در پایان، از همه کسانی که در به ثمر رسیدن این کار نقش داشتند تشکر می‌نمایم؛ مخصوصاً از آقای علیرضا بوستانی پور که ویرایش جدید متن اصلی را در اختیار اینجانب قرار دادند تشکر می‌کنم.

علی محمد نظری

تابستان ۱۳۹۲