

رفتار درمانی شناختی زوج‌ها و خانواده‌ها

(راهنمای جامع متخصصین بالینی)

تالیف:

فرانک ام. داتلیو

با مقدمه:

آرون تی. بک

ترجمه:

دکتر فرهاد اصغری

(استادیار گروه مشاوره دانشگاه گیلان)

دکتر عباس صادقی

(دانشیار گروه مشاوره دانشگاه گیلان)

دکتر علی صیادی

(استادیار گروه مشاوره دانشگاه گیلان)

دکتر ناصر یوسفی

(استادیار گروه مشاوره دانشگاه کردستان)

ویراستار:

دکتر فرهاد اصغری



انتشارات آوازی نو

تهران - ۱۳۹۳

سرشناسه	داتیلیو، فرانک ام.، ۱۹۵۵ - م. Dattilio, Frank M.
عنوان و نام پدیدآور	رفتار درمانی شناختی زوج‌ها و خانواده‌ها (راهنمای جامع متخصصین بالینی) / تألیف فرانک ام. داتیلیو؛ با مقدمه آرون تی. بک؛ ترجمه فرهاد اصغری... [و دیگران]؛ ویراستار فرهاد اصغری.
مشخصات نشر	تهران: آوای نور، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۲۸۸ ص.
شابک	978-600-309-039-2
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	ترجمه فرهاد اصغری، عباس صادقی، علی سیادی، ناصر یوسفی.
یادداشت	عنوان اصلی:
یادداشت	Cognitive-behavioral therapy with couples and families: a comprehensive guide for clinicians, c2010.
یادداشت	اثر حاضر نخستین بار در سال ۱۳۹۰ با عنوان "درمان شناختی- رفتاری با زوج‌ها و خانواده‌ها: راهنمای جامع برای درمانگران" توسط انتشارات ارجمند، کتاب ارجمند و نسل فردا منتشر شده است.
یادداشت	کتابخانه، نمایه.
عنوان نشر	درمان شناختی- رفتاری با زوج‌ها و خانواده‌ها: راهنمای جامع برای درمانگران.
موضوع	روان‌درمانی خانواده / زناشویی -- روان‌درمانی / شناخت درمانی / زوج درمانی / شناخت درمانی -- روش‌ها
شناسه افزودن	بک، آرون تی.، ۱۹۲۱ - م.، مقدمه نویس Beck, Aaron T
شناسه افزوده	اصغری، فرهاد، ۱۳۵۵ - مترجم، ویراستار
رده بندی کنگره	۳۱۸/۱۹۰۷ شماره کتابشناسی ملی: ۶۱۶/۸۹۱۵۶ رده بندی دیویی: ۱۳۹۲ ۴۵۱/۱۸۷۵۸۴۰ رده بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۵۶ شماره کتابشناسی ملی: ۳۱۸/۱۹۰۷



رفتار درمانی شناختی زوج‌ها و خانواده‌ها / (راهنمای جامع متخصصین بالینی)

تألیف: فرانک ام. داتیلیو

با مقدمه: آرون تی. بک

ترجمه: دکتر فرهاد اصغری - دکتر عباس صادقی - دکتر علی سیادی

دکتر ناصر یوسفی

ویراستار علمی: دکتر فرهاد اصغری

ناشر: انتشارات آوای نور

صفحه‌آرا: منیرالسادات حسینی

چاپ اول ۱۳۹۳

شمارگان: ۵۰۰ جلد

صحافی: نشاط

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۰۳۹-۲

■ نشانی: تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری

پلاک ۹۹، تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵، ۰۹۱۲۲۰۰۴۵۵۷ - نامبر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

■ نمایندگی فروش: تهران - خیابان انقلاب، شماره ۱۲۱۲، کتابفروشی گوتنبرگ

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

قیمت ۱۶۵۰۰ تومان

فهرست مطالب

۱۱	درباره نویسنده.....
۱۳	پیش گفتار.....
۱۵	پیش گفتار مترجم.....
۱۷	مقدمه.....
۲۹	فصل ۱: مقدمه (دکتر فرهاد صفری).....
۲۶	مرور کلی رفتار درمانی - شناختی مباحث با زوجها و خانواده‌ها.....
۲۲	اصول نظریه یادگیری.....
۳۶	اصول درمان شناختی.....
۴۸	یکپارچگی بالقوه رفتار درمانی شناختی.....
۳۳	فصل ۲: مهارت تغییر خانواده‌ها و زوجین.....
۳۳	ادراکات.....
۳۴	انتظارها و استانداردها.....
۳۶	تحریف‌های شناختی شایع در خانواده‌ها و زوجها.....
۳۸	توجه انتخابی.....
۳۹	اسنادها.....
۴۸	کمبود مهارت‌های ارتباطی و حل مسأله.....
۵۱	دلبستگی و عاطفه.....
۵۱	مدل‌های دلبستگی و ارتباط هیجانی ایمن.....
۵۲	سبک‌های دلبستگی.....
۵۴	فرایندهای شناختی در دلبستگی.....
۵۶	بازسازی طرح.....
۶۱	نقش تنظیم عارضی.....
۶۳	شدت هیجانی و تمرکز هیجانی.....
۶۶	مشکل در رابطه.....

۶۹	دوره درمان
۷۲	خلق مثبت در مقابل خلق منفی
۷۳	تجربه و ابراز هیجانات
۷۵	افکار و باورها درباره ابراز هیجانی
۷۸	مشکل در سازگاری با افراد، مشکلات رابطه‌ای یا محیطی
۷۹	نقش تغییر رفتاری
۷۹	نظریه تبادل اجتماعی
۸۲	تقابل در روابط
۸۳	تعاملات کلان در مقابل تعاملات خرد در رابطه تبادلی
۸۴	تشریفات
۸۵	تعیین کردن مرز برای رفتارها
۸۵	رفتارهای حمایت اجتماعی و تبادل
۸۷	فصل ۳: مولفه طرحواره در رفتار درمانی شناختی (دکتر عباس صادقی)
۸۷	مفهوم طرحواره
۹۰	افکار خودکار و طرحواره‌ها
۹۴	طرحواره‌های بنیادین و تحریف‌های شناختی
۹۵	شناسایی طرحواره‌های خانواده اصلی و اثرات آن‌ها در روابط بین زوجین و خانواده‌ها
۹۶	برقراری صلح: مورد ماریا و دان
۱۰۱	شناختها و طرحواره‌های فرا نسلی
۱۰۱	اقتدار جنگیدن
۱۰۴	مورد آندره و ایوا
۱۰۵	جمع آوری اطلاعات زمینه‌ای
۱۰۷	دوره درمان
۱۱۱	فصل ۴: نقش فرآیندهای عصبی-زیستی
۱۱۱	جاهای خالی را پر کنید: مورد صارتی و لیزا
۱۱۵	نقش بادامه مغز
۱۱۹	شناخت در مقابل هیجان
۱۲۳	فصل ۵: روش‌های ارزیابی بالینی
۱۲۵	مصاحبه‌های مشترک اولیه
۱۲۵	جمع آوری اطلاعات پیش زمینه‌ای

۱۴۶	مشورت با درمانگران پیشین و دیگر متخصصین بهداشت روانی
۱۴۷	مورد ساسو جری
۱۴۸	سیاهه‌ها و پرسشنامه‌ها
۱۴۹	ارزیابی‌ها و آزمون‌های روان‌شناختی بیشتر
۱۴۴	شجره نامه
۱۴۵	انجام ارزیابی و مفهوم‌سازی در طول مسیر درمان
۱۴۷	مشکلات ویژه فرآیند ارزیابی
۱۴۸	مشاهدات رفتاری و تفسیر آنها
۱۴۰	تعامل سازمان یافته خانواده
۱۴۱	ارزیابی شناخت‌ها
۱۴۳	مصاحبه‌های انفرادی
۱۴۵	شناسایی الگوهای کلان و مسائل اصلی در روابط
۱۴۵	ارزیابی انگیزش برای تغییر
۱۴۶	بازخورد در ارزیابی
۱۴۷	شناسایی افکار خودکار و اعتقادات اصلی
۱۴۸	عاشق واقعی: مورد روبرتو و زاریدا
۱۵۰	تفاوت باورهای اساسی از طرحواره‌ها
۱۵۱	قاب‌گیری منفی و نحوه تشخیص آن
۱۵۲	شناسایی و علامت گذاری تحریف‌های شناختی
۱۵۳	انتقال افکار، هیجانها و رفتارها در فرآیند مفهوم سازی
۱۵۳	اسناد و استانداردها و نقش آنها در ارزیابی
۱۵۳	هدف قرار دادن الگوهای رفتاری ناسازگارانه
۱۵۴	آزمودن و تفسیر مجدد افکار خودکار
۱۵۵	تدوین یک طرح درمانی

فصل ۶: فنون شناختی - رفتاری (دکتر علی صیادی)..... ۱۵۷

۱۵۷	آشنا کردن و آموزش دادن مدل شناختی - رفتاری به زوجین و اعضای خانواده
۱۵۸	شناسایی افکار خودکار و رفتار و هیجانهای مرتبط
۱۶۱	پرداختن به طرحواره‌ها و بازسازی آنها
۱۶۱	طرحواره‌های سخت
۱۶۱	تغییر دادن طرحواره اصلی خانوادگی
۱۶۱	اجرا نمایش از طریق چارچوب بندی مجدد و تمرین

۱۶۲	فنون رفتاری
۱۶۲	آموزش ارتباط
۱۶۴	راهکارهایی برای گوینده
۱۶۵	راهکارهایی برای گوش دهنده
۱۶۸	انتقال همدلی
۱۶۹	اعتبار بخشیدن
۱۷۰	فنون انقطاع و کاهش انقطاع در رابطه
۱۷۱	فن مداد و کاغذ
۱۷۲	راهبردهای حل مسئله
۱۷۴	توافقه‌های تبادل رفتاری
۱۷۴	مورد سالی و کورت
۱۷۵	مداخله در افراد و تفریط پاسخهای هیجانی
۱۷۵	قرارداد مشروط
۱۷۷	جرات آموزی
۱۷۸	مداخلات و فنون متناقض
۱۸۲	تنش زدایی و کناره گیری
۱۸۲	تمرین رفتاری
۱۸۵	نقش معکوس
۱۸۵	یادگیری مهارتهای ارتباطی
۱۸۸	تعیین تکلیف منزل
۱۹۱	تکالیف کتاب درمانی
۱۹۲	ضبط صدا یا ضبط ویدئویی در منزل
۱۹۲	برنامه ریزی فعالیتهای
۱۹۳	خود- نظارتی
۱۹۳	تعیین تکلیف رفتاری
۱۹۴	بازسازی شناختی افکار ناکارآمد
۱۹۴	تهیه و اجرای تکالیف منزل
۱۹۵	پذیرفتن تکلیف منزل
۱۹۶	پیگیری
۱۹۶	مقاومت در انجام تکلیف منزل
۱۹۷	آزمودن پیش‌بینی آزمایشهای رفتاری

۲۰۰	فنون رفتار و کنترل والدین
۲۰۳	پرداختن به احتمال بازگشت مشکل
۲۰۴	بررسی موانع و مقاومت برای تغییر
۲۰۴	نگرش منفی و درماندگی زوجین در مورد تغییر
۲۰۵	تفاوت در اهداف
۲۰۶	اضطراب درباره تغییر دادن الگوهای موجود در رابطه
۲۰۷	چشم پوشی از قدرت و کنترل ادراک شده
۲۰۸	مسائل مسئولیت پذیری تغییر
۲۰۹	مورد خانواده شیم
۲۱۰	موانع
۲۱۰	موانع درمانگر
۲۱۲	انتظارات غیر واقع بینانه
۲۱۲	موانع فرهنگی
۲۱۳	مسائل نژادی
۲۱۴	نیروهای محیطی
۲۱۴	آسیب شناسی روانی
۲۱۶	عملکرد شناختی و عقلانی پایین
۲۱۶	اثرات درمان قبلی
۲۱۷	کاربرد فشار در زمان نامناسب
۲۱۹	واکسینه علیه برگشت
۲۲۱	فصل ۷: موضوع‌های خاص طلاق (دکتر ناصر یوسفی)
۲۲۵	مشاوره طلاق
۲۲۶	حساسیت‌های فرهنگی
۲۲۸	دوره درمان
۲۳۲	افسردگی، اختلال شخصیت و سایر بیماری‌های روانی
۲۳۴	روابط نامشروع
۲۳۵	سوء مصرف مواد
۲۳۸	خستونت خانگی
۲۳۹	پیوند همدلانه
۲۴۰	گسلش یکپارچه
۲۴۰	ساختار تحمل

۲۴۲	زوج‌ها و خانواده‌ها در بحران
۲۴۳	شکل دهی گام به گام فرایند
۲۴۴	مشاوره‌های خانوادگی
۲۴۵	یاردرمانگری با زوج‌ها و خانواده‌ها
۲۴۶	درمان چند مرحله‌ای
۲۴۶	مورد لیلیان : شما مجبورم می‌کنید موهایم را درآورم
۲۵۱	فصل ۸: توسعه درمان شناختی - رفتاری
۲۵۱	روش‌های مبتنی بر پذیرش
۲۵۲	توجه و آگاهی
۲۵۵	منابع انگلیسی
۲۷۷	واژه نامه
۲۸۵	نمایه موضوعی

درباره نویسنده

داتیلو یکی از هیران مشهور رفتار درمانی شناختی در دنیاست. در حال حاضر وی در بخش روانپزشکی دانشکده پزشکی دانشگاه هاروارد و دانشکده پزشکی دانشگاه پنسیلوانیا مشغول به کار است. او همچنین در روان‌شناسی بالینی، قانونی و درمان خانواده و مسائل زناشویی در آلن تاون پنسیلوانیا به درمان خصوصی مشغول است. دکتر داتیلو در فهرست ملی برنامه ریزان در روان‌شناسی قرار دارد. این هیات رسمی در دو شاخه روان‌شناسی بالینی و روان‌شناسی رفتار با گروه تخصصی روان‌شناسی آمریکا فعالیت می‌نماید. وی یکی از اعضای بالینی انجمن آمریکایی ازدواج و خانواده درمانی است.

او به عنوان استاد مهمان در بسیاری از دانشگاه‌های بزرگ در سراسر دنیا خدمت کرده است. دکتر داتیلو در رشته رفتار درمانی در گروه روانپزشکی دانشگاه تمپل (دانشکده پزشکی) تحت نظارت جوزف ولپی آموزش دیده است. وی برنده کمک هزینه دوره فوق دکتری از طریق مرکز شناخت درمانی در دانشکده پزشکی دانشگاه پنسیلوانیا شده است و از نزدیک تحت سرپرستی آرون تی بک فعالیت کرده است. دکتر داتیلو بیشتر از ۲۵۰ اثر علمی و تخصصی در حوزه مشکلات خانواده و زوج، اختلالات رفتاری، اضطراب و روان‌شناسی بالینی و قانونی را منتشر کرده است.

او به طور گسترده‌ای رفتار درمانی شناختی را در سراسر ایالات متحده، کانادا، آفریقا، آسیا، اروپا، آمریکای جنوبی، استرالیا، نیوزیلند، مکزیک، هند و کوبا معرفی کرده است. فعالیت‌های علمی ایشان به بیش از بیست و هفت زبان ترجمه شده و در بیش از هشتاد کشور مورد استفاده قرار می‌گیرد. در بین بسیاری از فعالیت‌های علمی، وی نویسنده، همکار در تالیف و نگارش کتابهای شناخت درمانی زوجین، طراح روان‌درمانی خانواده، طراح تکالیف خانواده درمانی، ویراستار کتاب مطالعه‌های موردی در شناخت درمانی، کتاب راهبردهای رفتاری - شناختی مداخله در بحران،

شناخت درمانی کودکان و نوجوانان، درمان تطبیقی بدکارکردی زوجها، ویراستار مجله مطالعات موردی در خانواده درمانی و زوج درمانی (چشم‌انداز شناختی و سیستمی) بوده است. او بسیاری از فعالیتهای تخصصی را به صورت فیلم و نوار در آورده است که سریالهای عامه پسند «پنج دیدگاه به لیندا» جزو آن است. او عضو هیأت تحریریه تعدادی از مجله‌های تخصصی ملی و بین‌المللی شامل مجله خانواده، زناشویی درمانی و خانواده درمانی معاصر هست.

دکتر داتلیو بسیاری از جوایز بزرگ را برای پیشرفت‌های علمی بسیار در حوزه روان‌شناسی و روان‌درمانی را دریافت کرده است. ایشان در شهر آلن تاون پنسیلوانیا همراه همسرش ماریان زندگی می‌کند سه فرزند و هشت نوه دارد که به‌طور مرتب هم‌دیگر را می‌بینند.

پیش‌گفتار

از این‌که فرانک داتیلیو آغاز به نگارش کتابی کامل و خوب در زمینه رفتار درمانی - شناختی با زوجها و خانواده‌ها کرده است، بسیار خوشحال شدم. نظر به این‌که به سرعت به دهه پنجم معرفی درمان شناختی به عرصه‌های وابسته به روان درمانی نزدیک می‌شویم، پیداست که کیفیت این رشته به شکل تشریحی در سرتاسر دنیا به عنوان یکی از دیدگاه‌های تأثیرگذار و عامه‌پسند در درمان سلامت روانی معاصر رشد کرده است. از زمان توسعه کاربرد درمان شناختی با زوجین که منشاء آن به سال ۱۹۸۰ برمی‌گردد، تحقیق‌های بسیاری درباره رابطه ناهماهنگی و نقش فرایندهای شناختی بر رفتار و شناخت انجام شده است. در اواخر ۱۹۸۰ و سراسر دهه ۹۰، کاربرد درمان شناختی را در خانواده گسترش داد و به نقش طرحواره‌ها در فرایند تغییر، توجه شد. در کتاب *عشق هرگز کافی نیست* (یک ۱۹۹۸)، کاربرد عملی دیدگاه درمان شناختی، را برای عموم مردم تشریح کرد، که به افزایش آگاهی عمومی از قدرت شناخت درمانی در درمان روابط درمانده کمک می‌کند. فرانک داتیلیو، قبلاً دانشجوییم بوده است و طرفدار عمده کاربرد شناخت درمانی با زوجها و خانواده‌ها می‌باشد. البته این درمان بسیار سودمند بوده است. او به همراه گروهی از همکارانش به پذیرش درمان‌های شناختی در حوزه خانواده درمانی کمک کرده‌اند. کتاب مطالعات موردی در خانواده و زوج درمانی: چشم‌انداز شناختی و سیستمی^۱ (داتیلیو، ۱۹۹۸) شناخت درمانی را مسیر اصلی خانواده درمانی معاصر و تکیه‌گاه مورد پذیرش خانواده درمانگران سراسر دنیا تبدیل کرد. پذیرش گسترده دیدگاه شناخت درمانی ممکن است به عوامل زیادی بستگی داشته باشد، هر درجه نخست این‌که شناخت درمانی بیشتر از سایر روش‌های درمانی موضوع تحقیق‌های کنترل شده قرار گرفته است. شواهد پژوهشی از اثربخشی این روش درمانی حمایت می‌کنند. این حمایت باعث تقویت تمام فعالیت‌ها در حوزه درمان خانواده و زوجها شده

است، به خصوص درخواست درمانهای شاهدمدار^۱ را افزایش داده است. شناخته درمانی مایل است که مراجعین دیدگاه عمل‌گرا و فعال برای حل مشکلاتشان داشته باشند و مهارت‌هایی را که برای کاهش بدکارکردی روابط حیاتی است، به وجود آورند. به علاوه این دیدگاه بر روابط مبتنی بر تشریک مساعی بین مراجع و درمانگر تأکید دارد که این وضعیت برای زوج درمانگران و خانواده درمانگران معاصر به موقعیتی جذاب گردیده است. کتاب حاضر تجدیدنظری جدید از رشد و توسعه شناخت درمانی و کاربرد آن در درمان خانواده و زوجهاست. تأکید جتید بر چگونگی تأثیرگذاری سیستم باورهای خانواده اصلی بر روابط خانواده و تأکید بر اهمیت طرحواره‌ها در روابط و بازسازی سیستم باورهای معیوب بسیار با اهمیت است. مشکلات زناشویی آمپل^۲ و مشکلات جمعیت‌های خاص کتاب را خواندنی و عالی ساخته است. بخش مربوط به سنجش و روش بالینی و مداخلات، خواننده را با دیدگاه عملی برای اقدام مؤثر با انواع مختلف از بدکارکردی در روابط آماده می‌کند. در مجموع، این کتاب منبع بسیار خوبی برای افراد متخصص در تمام حیطه‌های درمانی سلامت روان محسوب می‌شود.

دکتر آرون، تی، بک^۳

استاد روانپزشکی دانشکده بهداشت پنسیلوانیا و هوسسه بک در فیلادلفیا

1. Evidence-Based Treatment

2. Ample

3. Aaron T. Beck

پیش‌گفتار مترجمین

درمان شناختی به سرعت به دهه پنجم رشد خود نزدیک می‌شود و امروزه به یکی از درمانهای برتر در درمان انواع مشکلات روانشناختی تبدیل شده است.

مطالعات پژوهشی مختلف بر روی افراد و زوجها و خانواده‌ها اثربخشی این درمان را تأیید کرده است. در این کتاب روش درمانی معرفی شده است، این شیوه جامع درمان مسائل خانواده‌ها و زوجها است، از رفتاردرمانی شناختی مبتنی بر فاصله بسیار گرفته است. در این کتاب خانواده بر پایه درمان‌های مبتنی بر شواهد و فعالیت‌های بالینی نویسنده است. توجه به نقش طرحواره‌های ناسازگار اولیه و نقش آن در بدکارکردی حال حاضر خانواده و شیوه‌های بازسازی این طرحواره‌ها، مسائل فرانسلی تأثیرگذاری، دلبستگی و اهمیت آن در روابط بین اعضای خانواده، تنظیم هیجانی و شیوه تعامل با آن، فرایندهای زیستی عصبی و سنجش مناسب در خانواده درمانی، این کتاب را به یکی از بهترین منابع روز خانواده درمانی تبدیل کرده است. نمونه‌های مناسب در این کتاب، فهم مطالب را به شکلی ملموس برای خواننده آسان کرده است. در این کتاب به ماهیت حلقوی مشکل‌های درون خانواده توجه شده است و از توجه خطی و سطحی به نحوه پیدایش و درمان مشکل‌ها پرهیز شده است، همچنین بر چگونگی تأثیرگذاری سیستم باورهای خانواده اصلی بر روابط خانواده و بازسازی سیستم باورهای معیوب تأکید گردیده است. علت انتخاب این کتاب برای ترجمه، ساختار و محتوای بسیار جالب و به روز آن است.

مؤلف این کتاب یکی از مشهورترین درمانگران رفتاری شناختی بوده که افتخار شاگردی آرون تی بک را داشته و مقدمه بک تأییدی بر این مسأله است. این کتاب منبع بسیار خوب درسی، دانشگاهی برای درس خانواده درمانی و کمکی به روانشناسان، مشاورین، روانپزشکان و کلیه متخصصین علوم رفتاری است. در پایان، مترجمین از کلیه همکاران دانشگاهی، درمانگران و دانشجویان عزیز انتظار یاری رسانی دارند و با این که تمام تلاش و تجربه خود

را در ترجمه مناسب و دقیق این کتاب به کار گرفته‌ایم، به دریافت نقطه نظرهای ایشان شما منظور کردن آن‌ها در ترجمه ویراستاری‌های بعدی، چشم دوخته‌ایم. بر خود لازم می‌دانم از تلاشهای آقای میرحسینی، مدیر انتشارات آوای نور جهت انتشار این اثر و از تلاشهای آقای مرادیان قدرتانی تمنا کنم.

با احترام و تشکر فراوان

گروه مترجمین

پاییز ۱۳۹۲

www.ketab.ir

یافته‌های جدید نشان می‌دهد که چهل و سه درصد زوجین در مدت پانزده سال اول بعد از ازدواج طلاق خواهند گرفت و در ازدواج دوم هم به احتمال زیاد شکست خواهند خورد (براملت^۱ و موشر^۲، ۲۰۰۲). تقریباً نیمی از مراجعین روان درمانگران را خانواده‌ها و زوجها تشکیل می‌دهند. نتایج تحقیق‌های اخیر نشان می‌دهد که اکثر درمانگرانی که در خانواده درمانی متخصص می‌شوند، ابتدا با زوجها کار می‌کنند. (نشیو سلامت‌هاروارد^۳، ۲۰۰۷). متأسفانه مطالعه سوابق در موفقیت زوج درمانی حرفه‌ای نشان داده است که زوج درمانی مؤثر نبوده است (گوتمن^۴، ۱۹۹۹). بیشتر از سی درصد از زوج‌هایی که زوج درمانی را انجام داده‌اند، در بهبودی درازمدت دچار شکست شده‌اند (باوکم^۵، شوهام^۶، موزر^۷، گوتنو^۸ و استیکل^۹، ۱۹۹۸). یافته‌های گزارش زمینه‌یابی که در دهه ۱۹۹۰ صورت گرفت، نشان داد که در میان مراجعان روان درمانی، کسانی که در خانواده درمانی مشارکت کرده بودند، کمترین میزان رضایتمندی را داشتند. یافته‌ها هیچ کجا به این اندازه زیر خط نبوده است (سلیگمن^{۱۰}، ۱۹۹۵). در مقابل نتایج تحقیقات دیگری که به مقایسه زوج درمانی با گروه‌هایی کنترل (که هیچ نوع درمانی را دریافت نکرده بودند) پرداخته است نشان داد که زوج درمانی رضایت افراد را در مقایسه با گروه کنترل به روشنی افزایش داده است (کریستنسن^{۱۱} و هوی^{۱۲}، ۱۹۹۹). بنابراین با تمام ابعاد خوب خانواده و زوج درمانی معاصر که در

1. Bramlet
2. Mosher
3. Harvard Health Publication
4. Gottman
5. Baucom
6. Shoham
7. Mueser
8. Daiuto
9. Stickie
10. Seligman
11. Christensen
12. Heavey

دسترس ماست و توانمند شدن درمان‌های متکی بر شواهد^۱، چرا هنوز نارضایتی زیادی در بین مراجعان روان درمانی وجود دارد؟

بسیاری از تفسیرهای دلسردکننده این نتیجه وجود دارد. ممکن است زوجین یا اعضای خانواده باورهای غلط و غیرقابل انعطاف خود را در مورد شریک زندگی یا بستگانشان حفظ کنند و همین عامل بالقوه‌ای در تغییر روابط هست. بسیاری از خانواده درمانی‌ها شامل اعضایی است که هر هفته به جلسه درمانی می‌آیند و دعوآ‌ها و اختلاف‌هایشان را توصیف می‌کنند. ابتدا درمانگر آن‌ها را آرام می‌کند و به آن‌ها در پی بردن به احساساتشان و گوش دادن به یکدیگر کمک می‌کند. آن‌ها احساس بهتری پیدا می‌کنند و به خانه می‌روند، و با هم خوب هستند تا دعوای دیگری در خانواده اتفاق بیفتد. تغییر در زوج‌ها و خانواده‌ها به راحتی رخ نمی‌دهد. شخصیت فردی هر یک از اعضای خانواده اغلب اوقات کاملاً پیچیده است و می‌تواند الگوهای رفتاری جدیدی به وجود آورد که اعضاء به شکل ضعیفی با یکدیگر ارتباط برقرار کنند. بسیاری از افراد که به جلسات درمانی می‌آیند، نمی‌خواهند تغییر کنند، بلکه لزوم تغییر اعضاء خانواده و همسرشان را توجیه می‌کنند. بسیاری از آن‌ها از بررسی دقیق خودشان و پرداختن به آنچه برای تغییر خود نیاز دارند، مانند: حفظ انتظارات غیر واقع بینانه درباره روابطشان، دوری می‌کنند. آن‌ها انگیزه‌ای برای تغییر نخواهند داشت، مگر این که به اعضاء خانواده کمک شود که نقش خودشان را در مشکلی که آن‌ها را ستوه آورده است، ببینند. بسیاری از خانواده‌ها و زوجین با زور و اجبار درمان را شروع می‌کنند. در مطالعات صورت گرفته با زوجهای خواستار طلاق نتایج نشان داد که کمتر از یک چهارم آن‌ها قبل از شروع اقدامات قبل از طلاق در جستجوی یک مشاور ازدواج بوده‌اند (آلبرشت^۲، بار^۳ و گودمن^۴، ۱۹۸۳؛ ولکات^۵، ۱۹۸۶). از افرادی که زمانی در درمان شکست خورده بودند، درباره دلایل شکست سؤال شد. آن‌ها اغلب به بی میلی همسر (سی و سه درصد) هفده درصد بی اعتقادی آن‌ها و این که همه کار ما اشتباه بود و اعتقاد راسخ به دیر بودن هر نوع مداخله اشاره کرده‌اند (ولکات^۵، ۱۹۸۶). این کتاب مدل جامعی از درمان شناختی - رفتاری را به زوج‌ها و خانواده معرفی می‌کند و حوزه‌های نورویبولوژی، دلبستگی، نظم دهی هیجانی و تأکید خاص بر بازسازی طرحواره را نشان می‌دهد. به علاوه این کتاب اصول و قواعدکار با خانواده‌های مشکل داری که به تفکرات غیرقابل انعطاف خود چسبیده‌اند و الگوهای رفتاری که اغلب متخصصین درمان آن‌ها را مشکل می‌دانند را تشریح می‌کند. سالهاست که خانواده درمانی

شناختی - رفتاری به دیدگاهی یکپارچه و دقیق تبدیل شده است و به وسیله درمانگران از جنبه‌های مختلف منطبق شده است. در زمینه‌یابی اخیر بیشتر از یک دوم کل درمانگران بیان کرده‌اند که بیشتر اوقات از رفتار درمانی شناختی با ترکیبی از سایر روشها استفاده می‌کنند (شبکه‌ساز روان درمانی^۱، ۳۰۰۷). مفهوم طرحواره در کار با خانواده‌ها و زوجین وسیع‌تر و فزاینده‌تر رفتار درمانی شناختی به کار گرفته شده است و در بسیاری از موارد یکی از سنگ بناهای آسان‌تر تغییر است. رفتار درمانی شناختی تأکید عمده‌ای بر سیستم باورها و عناصر دارد که به‌طور عمیق بر رفتار و هیجان تأثیر دارند. زمانی که من سی سال قبل شروع به استفاده از راهبردهای شناختی - رفتاری با زوجین و خانواده‌ها کرده‌ام، با مخالفت‌های بسیاری از خانواده درمانگرانی روبه‌رو شدم که بیشتر به روشهای سنتی در این زمینه اعتقاد داشتند. آن‌ها اغلب رفتار درمانی شناختی را بسیار خطی^۲ و سطحی^۳ می‌دانستند و آن را در نشان دادن مفهوم حلقوی^۴ یا بعضی پویایی‌های اساسی متأثر از روابط بر کارکرد ناتوان می‌دانستند (نیکلز^۵ و شوارتز^۶، ۲۰۰۱، داتیلیو^۷، ۱۹۹۸). بسیاری از همکارانم احساس کرده بودند که رفتار درمانی شناختی، مؤلفه‌های هیجانی اعضاء خانواده را نادیده می‌گیرد و فقط به تفکرات و رفتارها می‌پردازد. سرانجام درک کردم که انتقادات همکارانم به حق بوده است. بازخورد آن‌ها مرا تشویق کرد به این مسئله دوباره فکر کنم که چگونه دیدگاه درمانی رفتاری - شناختی می‌تواند پذیرفتن مؤلفه‌های مهم آن‌ها در طول دوره درمان مورد تصحیح و بازبینی قرار گیرد. متأسفانه بسیاری از مفاهیم و برداشت‌های غیرقابل انعطاف روش درمان رفتاری - شناختی با زوجین و خانواده‌ها که ابتدا ترسیم شده بود رها شدند، با این که در حقیقت بیشتر مداخله‌های بسیار اثربخش بودند و با سایر ابعاد درمان قابلیت یکپارچگی داشتند. بعضی از کارهایی که قبلاً با خانواده‌ها و زوجین انجام شده بود، به‌طور مثال در درک ابعاد سیستمی درمان یا در توجه به چگونگی تأثیر خانواده اصلی بر سیستم باورهای فرد ناتوان بودند. اما از آن زمان به بعد به شدت تحت تأثیر همکارانم نورمن اپستین^۸ و دونالد باوکم^۹ قرار گرفته‌ام که دیدگاه رفتار درمانی - شناختی را در کار با زوجها با تأکید بیشتر بر هیجان تقویت نموده‌اند. آن‌ها مشارکت زیادی در ادبیات تجربی داشته‌اند. کار آن‌ها بر توسعه و پیشرفت دیدگاهم در به کار بردن رفتار درمانی - شناختی با خانواده‌ها تأثیر داشته است. بعضی از کارهای

1. Psychotherapy Networker
2. Too Linear
3. Facial
4. Circularity
5. Nichols
6. Schwartz
7. Dattilio
8. Norman Epstein
9. Donald Baucom

اخیر در این حوزه که بیشتر پژوهشی هستند، روشی مبسوطی را بر خلاف دیدگاه سیستمی و با برجسته ساختن مولفه‌های هیجانی در درمان پذیرفته‌اند. این نمونه تجدید نظر شده انعطاف پذیری را برای یکپارچه کردن سایر ابعاد درمان پیشنهاد می‌کنند (داتیلیو^۱، ۱۹۹۸، ۲۰۰۵، ۲۰۰۸). (۲۰۰۸). که این باعث گسترش یافتن حیطه این دیدگاه می‌شود. انگیزه نگارش این کتاب دو مسأله بوده است. اول آماده کردن نسخه همزمان از رفتار درمانی شناختی با خانواده‌ها و زوجها و دوم افزایش اثربخشی بر مبنای تأکید ویژه بر طرحواره بوده است. از اواخر ۱۹۹۰ مقدار قابل توجهی کارهای تجربی^۲ به علاوه بالینی، ادبیات موردی در زمینه رفتار درمانی شناختی با خانواده‌ها و زوجینی منتشر شد که دیدگاههای گذشته در مورد رفتار درمانی شناختی سنتی را تغییر داده است. این متن سعی از مولفه‌های رفتار درمانی شناختی را بیان می‌کند، با این حال به کار بستن آن‌ها بیشتر بر شناسایی و بازسازی طرحواره‌ها را توجیه می‌کند. درون مایه برخی از قسمتهای کتاب بر پایه کتاب خوب جفری یانگ^۳ و همکارانش می‌باشد (یانگ، کلاسکو^۴، کلاسکو^۴، ویشار^۵، ۲۰۰۳). به منظور توجه بیشتر به پویاییهای رابطه و تعامل سیستمی که در کار بالینی با افراد بنیاد گذاشته شده گسترش بیشتری یافته است.

نگارش این کتاب به دلایل زیادی جالب محسوب می‌شد. نخست این‌که در بیست سال گذشته ادبیات تخصصی در جنبه‌های مختلف خانواده و زوج درمانی شروع به رشد نموده که بسیاری از آن‌ها با اهمیت می‌باشند و در قالب یک متن تنها نمی‌گنجیدند، از این رو ترکیب کردن آنچه که لازم و ضروری است و آنچه که نیست تلاشی کلی را طلب می‌کند. این کتاب به این منظور طراحی شده است که به خواننده راهنمای جامعی را برای درمان رفتاری - شناختی به خانواده‌ها، با تمرکز کلی بر درمان بالینی پیشنهاد می‌دهد.

دوم، حوزه روان درمانی عموماً به طرف درمانهای متکی بر شواهد متمایل شده است (سو^۶ و سو^۷، ۲۰۰۸). از این رو مستند ساختن با تحقیقات تجربی بیش از گذشته مورد نیاز است. امیدوارم این کتاب نسخه‌ای به روز شده و گسترش یافته و مفید برای متخصصین بالینی در رفتار درمانی شناختی با خانواده‌ها و زوجها باشد و در عین حال آنچه که در ادبیات شناخت - رفتاری به خصوص در حوزه خانواده و زوج درمانی به‌طور کلی لازم بوده را بیان شده باشد.

1. Datilio
2. Empirical
3. Jeffrey Young
4. Klosko
5. Weishaar
6. Sue
7. Sue