

ارزیابی در زوج‌درمانی

بررسی روابط بر اساس الگوی هفت C

تألیف

دکتر لی ویلیامز

ترجمه

دکتر سلمان زارعی

عضو هیئت‌علمی دانشگاه لرستان



ترجمه اثر تقدیم
به او که تکیه‌گاه خستگی‌ها و هم‌قدم اندیشه‌هایم بود؛
همسرم،
و
به دو روشنی زندگی‌ام،
بنیتا و آوین،
که با آمدنشان، جهان رنگ معنا گرفت و واژه‌ها، طعم امید.

فهرست

۱۱.....	قدردانی	
۱۳.....	ارزیابی در زوج‌درمانی	
۱۷.....	مقدمه مترجم	
۱۹.....	پیشگفتار	
۲۳.....	مقدمه: ارزیابی زوجها با استفاده از الگوی هفت C	۱
۲۹.....	شروع - ساختار ارزیابی	۲
۴۵.....	ارتباط	۳
۶۱.....	حل تعارض	۴
۷۷.....	فرهنگ	۵
۹۳.....	تعهد	۶
۱۰۳.....	مراقبت	۷
۱۱۵.....	ارزیابی رابطه زناشویی	۸
۱۳۵.....	قرارداد	۹
۱۴۷.....	منش	۱۰
۱۶۵.....	فرزندان: هشتمین C	۱۱
۱۷۱.....	فراتر از ارزیابی اولیه	۱۲
۱۸۳.....	منابع	
۱۸۹.....	واژه‌نامه انگلیسی به فارسی	
۱۹۱.....	واژه‌نامه فارسی به انگلیسی	

فهرست جداول

۵۹.....	ارزیابی مهارت‌های ارتباطی	۳-۱
۷۵.....	ارزیابی نحوه مواجهه زوجها با تعارض	۴-۱
۹۰.....	سؤالات ارزیابی زوج‌های بین فرهنگی	۵-۱
۹۱.....	ارزیابی از منظر فرهنگی - اجتماعی	۵-۲
۱۰۲.....	سیاهه سنجش تعهد	۶-۱
۱۱۴.....	ارزیابی رفتارهای مراقبتی	۷-۱
۱۳۳.....	پرسش‌های کلی ارزیابی رابطه جنسی	۸-۱
۱۴۶.....	ارزیابی مسائل مربوط به قرارداد	۹-۱
۱۶۴.....	ارزیابی منش و ویژگی‌های شخصیتی	۱۰-۱
۱۷۰.....	سؤالات ارزیابی در ارتباط با فرزندان	۱۱-۱
۱۷۷.....	نمونه‌ای از ارائه بازخورد درمانگر با استفاده از الگوی هفت C	۱۲-۱

قدردانی

پیش از هر چیز، مایلم از دکتر گری برچلر به خاطر آشنا ساختن من با چارچوب هفت C قدردانی کنم. در تجربه بالینی خود در مقام زوج درمانگر، این الگوی هفت C را ابزاری بسیار ارزشمند یافته‌ام. همچنین وظیفه خود می‌دانم از دانشجویانی که در آماده‌سازی این دست‌نوشته یاری‌رسان من بودند سپاسگزاری کنم: مک‌کنا ابینر، هلن گلاتر-گوتز، و جردن هاربر.

ارزیابی در زوج‌درمانی

این اثر نوآورانه، چارچوبی ساده اما جامع برای ارزیابی زوج‌ها ارائه می‌دهد که پژوهش‌ها و داده‌ها را از طیف گسترده‌ای از مدل‌های نظری در هم می‌آمیزد. با بهره‌گیری از الگوی هفت C به‌عنوان بنیان ارزیابی، هر فصل به بررسی حوزه‌های کلیدی عملکرد زوج‌ها شامل ارتباط، حل تعارض، فرهنگ، تعهد، مراقبت و رابطه جنسی، قرارداد و منش می‌پردازد. فصلی مجزا نیز به بررسی زوج‌های دارای فرزند اختصاص دارد و بینش‌هایی ارزنده در خصوص ارزیابی این گروه از زوج‌ها ارائه می‌کند. کتاب حاضر، با تکیه بر چارچوبی گسترده و درعین‌حال قابل‌فهم که قابلیت به‌کارگیری در رویکردهای نظری گوناگون را دارد، نشان می‌دهد که چگونه الگوی هفت C می‌تواند در فرآیند ارزیابی و درمان زوج‌ها مورد استفاده قرار گیرد. نمونه‌های موردی متعددی که در سراسر متن گنجانده شده‌اند، نحوه به‌کارگیری این رویکرد در مواجهه با مراجعان متنوع را برای درمانگران به‌روشنی تبیین می‌کنند. «ارزیابی در زوج‌درمانی» که با نثری روان و قابل‌دسترس نگاشته شده، ابزاری ضروری برای دانشجویان مشاوره ازدواج و خانواده، درمانگران تازه‌کار و نیز متخصصان باسابقه سلامت روان به شمار می‌آید که در موقعیت‌های بالینی متنوع با زوج‌ها کار می‌کنند.

دکتر لی ویلیامز، استاد درمان زناشویی و خانواده‌درمانی در دانشگاه سن دیگو، از سال ۱۹۹۳ تاکنون در این دانشگاه به تدریس اشتغال دارد. وی دارای مجوز رسمی مشاوره ازدواج و خانواده‌درمانی بوده و از اعضای ارشد انجمن ازدواج و خانواده‌درمانی آمریکا (AAMFT) است.

«لی ویلیامز منبعی ارزشمند و بی‌نظیر در اختیار زوج‌درمانگران و دانشجویان زوج‌درمانی قرار داده است. او با تکیه بر بنیان ساده اما کارآمد الگوی هفت C^۱ خواننده را به‌سوی درک هر یک از ابعاد بنیادین ارزیابی زوج‌ها هدایت می‌کند. این کتاب که ریشه در روش‌های مبتنی بر شواهد دارد و بر دیدگاهی جامع و یکپارچه از ارزیابی روابط زوجی استوار است، رویکردی فراگیر و درعین‌حال منسجم برای درک روابط زناشویی ارائه می‌دهد. بدون تردید این اثر باید بخشی جدایی‌ناپذیر از هر دوره آموزشی در حوزه زوج‌درمانی و جزئی اساسی از کتابخانه هر زوج‌درمانگر باشد.»

— دکتر جی. لبو، LMFT، مؤسسه خانواده دانشگاه نورث‌وسترن، سردبیر مجله فرایند خانواده

«ارزیابی جامع و دقیق، بخش اساسی هر درمان مؤثر با زوج‌ها به‌شمار می‌آید. لی ویلیامز با نگارش این کتاب ارزشمند، گامی مهم در پاسخ به نیاز جدی حوزه ارزیابی زوج‌ها برداشته است. در این اثر روان و خواندنی، او رویکرد ارزیابی هفت C را با وضوح، دقت و رویکردی فرآیندی مبتنی بر شواهد تشریح می‌کند. وی درمانگران تازه‌کار را گام‌به‌گام در فرآیند ارزیابی هدایت می‌نماید؛ از تبیین ساختار کلی ارزیابی و معرفی حوزه‌های محتوایی قابل بررسی تا پرداختن به چالش‌های رایج در کار با زوج‌ها و نشان دادن شیوه بهره‌گیری از ارزیابی در طراحی مداخلات درمانی. این کتاب منبعی ارزشمند و ضروری برای دانشجویان در حال آموزش، و همچنین زوج‌درمانگران حرفه‌ای و باتجربه به‌شمار می‌رود.»

— دکتر آدریان بلو، استاد دانشگاه ایالتی میشیگان

مقدمه مترجم

ارزیابی در زوج‌درمانی، نه یک بخش مقدماتی و نه صرفاً ابزاری تشخیصی، بلکه شالوده‌ای است که بنای هر مداخله بالینی مؤثر و پایدار بر آن استوار می‌گردد. درمانگر، بی‌آنکه درک عمیق، دقیق و ساختاریافته‌ای از الگوی تعاملی، زمینه‌های هیجانی، سبک‌های ارتباطی، و روایت‌های درونی هر یک از زوجین داشته باشد، نمی‌تواند درک درستی از منبع تعارض یا ظرفیت ترمیم در رابطه به دست آورد. از این رو، ارزیابی، فرآیندی بنیادین در زوج‌درمانی محسوب می‌شود؛ فرآیندی که پیوندی بی‌واسطه با کیفیت رابطه درمانی، انتخاب رویکرد درمانی، طراحی مداخلات، و در نهایت، اثربخشی درمان دارد. چنان‌که جان گاتمن به درستی تصریح می‌کند: «بدون شناخت عمیق و دقیق از زوجین و پویایی میان آن‌ها، هرگونه مداخله درمانی ممکن است ناکارآمد، نادرست یا حتی آسیب‌زا باشد.»

با نگاهی تحلیلی به منابع علمی و بالینی تخصصی در حوزه زوج‌درمانی، به‌ویژه در زبان فارسی، درمی‌یابیم که علی‌رغم رشد قابل توجه درمان‌های مبتنی بر شواهد و توسعه رویکردهای گوناگون در این حوزه، هنوز خلاً چشم‌گیری در زمینه منابع ساختاریافته و کاربردی برای آموزش ارزیابی تخصصی روابط زوجی وجود دارد. بسیاری از منابع موجود یا تنها به اشاره‌هایی سطحی به ارزیابی بسنده کرده‌اند، یا آن را در دل مباحث کلی‌تری چون خانواده‌درمانی گنجانده‌اند، بی‌آنکه به تمایزهای ماهوی و تکنیکی ارزیابی در روابط زوجی توجه کنند. این کمبود، به‌ویژه در نظام آموزش دانشگاهی و بالینی ایرانی، اغلب درمانگران را در آغاز مسیر حرفه‌ای با نوعی بلا تکلیفی مفهومی و مهارتی مواجه می‌سازد. کتابی که پیش رو دارید، پاسخی نظام‌مند، جامع و علمی به این نیاز است. دکتر لی ویلیامز، استاد برجسته زوج‌درمانی در دانشگاه سن دیگو، با بهره‌گیری از دهه‌ها تجربه بالینی، آموزشی و پژوهشی، مدلی را طراحی و ارائه کرده است که نه تنها دانشجویان و کارآموزان بلکه درمانگران حرفه‌ای نیز می‌توانند از آن بهره‌مند شوند. مدل «هفت C» که بنیان نظری و ساختاری این کتاب را شکل می‌دهد، از نظر نگارنده یکی از منسجم‌ترین، کاربردی‌ترین و از نظر مفهومی یکپارچه‌ترین چارچوب‌هایی است که تاکنون برای ارزیابی زوجین ارائه شده است. این مدل با تمرکز بر هفت مؤلفه شامل ارتباط، تعهد، مراقبت، قرارداد، منش، فرهنگ، و حل تعارض، و نیز افزوده شدن مؤلفه هشتم یعنی فرزندان، تصویری چندبعدی، نظام‌مند و قابل‌فهم از ساختار و پویایی روابط زوجین ترسیم می‌کند.

از ویژگی‌های برجسته این کتاب، تأکید بر تلفیق دیدگاه‌های نظری متنوع و رویکردهای مبتنی بر شواهد است؛ به‌گونه‌ای که این مدل قابلیت به‌کارگیری در چارچوب‌های درمانی گوناگون مانند

زوج‌درمانی هیجان‌مدار، زوج‌درمانی گاتمنی، و زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه‌نگر را دارد. چنین انعطاف‌پذیری، آن را به ابزاری سودمند برای درمانگران با سلیق و رویکردهای مختلف بدل ساخته است. در مقام مترجم، آنچه بیش از هر چیز مرا به ترجمه این اثر ترغیب کرد، رویکرد حرفه‌ای و واقع‌گرایانه آن نسبت به ماهیت ارزیابی بود. در این کتاب، ارزیابی صرفاً به‌منزله گردآوری داده یا اجرای پرسش‌نامه‌ها دیده نمی‌شود، بلکه به‌عنوان فرایندی بینش‌محور، تعامل‌محور و مداخله‌محور تعریف شده است. مؤلف با دقت و ظرافت، درمانگر را در مسیر طراحی مصاحبه‌های بالینی، ساختاردهی جلسات، نمونه‌برداری از تعامل، و تحلیل اطلاعات راهنمایی می‌کند. به‌ویژه آنکه بسیاری از مباحث کتاب در قالب پیشنهادها عملی، جدول‌های کاربردی، نمونه‌های بالینی و ابزارهای ارزیابی ارائه شده‌اند، که قابلیت استفاده مستقیم در محیط‌های درمانی را دارند.

نکته ارزشمند دیگر در این اثر، تمرکز آن بر «دیدگاه مبتنی بر توانمندی‌ها» در ارزیابی است. برخلاف سنت قدیمی در آسیب‌شناسی روابط، این مدل ارزیابی به درمانگر می‌آموزد که نه فقط منبع آسیب، بلکه نقاط قوت، قابلیت‌های حل مسئله، ظرفیت دل‌بستگی، و سرمایه‌های فرهنگی زوجین را نیز شناسایی و تقویت کند. چنین رویکردی، درمان را از مداخله‌ای صرفاً ترمیمی به فرایندی تحول‌محور تبدیل می‌کند که هدف آن، رشد مشترک و بازسازی انسجام عاطفی در روابط زوجی است.

در فرآیند ترجمه این اثر، سعی شده است وفاداری به محتوای علمی و ساختار مفهومی اثر، هم‌زمان با روانی نثر و رعایت زبان تخصصی در حوزه زوج‌درمانی، حفظ شود. معادل‌سازی دقیق مفاهیم، حفظ سبک زبانی حرفه‌ای نویسنده، و تنظیم نهایی متن با نگاه به کاربرد آن در فضای دانشگاهی، کارگاهی و بالینی، از مهم‌ترین اهداف این ترجمه بوده است. این اثر می‌تواند هم برای دانشجویان مقاطع تحصیلات تکمیلی، هم برای کارآموزان زوج‌درمانی، و نیز برای درمانگران باتجربه به‌مثابه منبعی قابل استناد و راهنمای عمل مورد استفاده قرار گیرد. در نهایت، امید دارم کتاب حاضر بتواند به ارتقای کیفیت آموزش و درمان حوزه زوج‌درمانی در ایران کمک کند، جای خالی منابع تخصصی در این زمینه را تا حدی پر نماید، و چشم‌انداز جدیدی نسبت به نقش ارزیابی به‌مثابه ابزار فهم عمیق روابط زوجی، در ذهن و عمل درمانگران ایجاد کند.

دکتر سلمان زارعی
دانشیار دانشگاه لرستان

پیشگفتار

در ابتدا باید خاطر نشان کنم که تاریخچه ارزیابی و زوج درمانی‌های مبتنی بر تجربه، به‌طور کلی دوره‌ای از دهه ۱۹۷۰ میلادی تا به امروز را در بر می‌گیرد. در این پیش‌گفتار، به منابع خاصی اشاره نمی‌کنم؛ چرا که بسیاری از آنها در بخش‌های مختلف کتاب مورد استناد قرار گرفته‌اند. در طول این دوره، نرخ کلی طلاق در میان زوجین، بین ۴۰ تا ۵۰ درصد در نوسان بوده است. به‌ویژه آن‌که این نرخ نه تنها در میان زوج‌هایی که با مشکلات فردی در حوزه‌های هیجانی، رفتاری یا مسائل مرتبط با سلامت مواجه هستند، بالاتر است، بلکه در میان زوج‌هایی که مدت زمان قابل‌توجهی از ازدواج آنها گذشته نیز شیوع بالایی دارد.

در نتیجه، پژوهشگران حوزه ارزیابی و درمان زوج‌ها، طی بیش از چهار دهه گذشته، در زمینه‌هایی همچون شیوه‌های ارزیابی زوج‌ها، روش‌های مصاحبه و پذیرش زوجین، و نیز درمان‌های زوجی و فردی تجربه اندوخته‌اند. کتاب‌های بسیاری نیز در حوزه درمان زوج‌های دارای تعارض، مشکلات ارتباطی میان همسران، و نیز درمان مسائل فردی هر یک از زوجین - چه در قالب درمان فردی و چه در قالب زوج‌درمانی - به نگارش درآمده‌اند. در این مسیر، دستاوردهای مهمی در توسعه الگوهای درمان زوج، ابزارهای ارزیابی مبتنی بر تجربه، و نیز شیوه‌های نظام‌مند ارزیابی و درمان حاصل شده است.

مدلی که در این کتاب به‌عنوان چارچوب اصلی ارزیابی زوج‌ها معرفی می‌شود، «الگوی هفت C» نام دارد. این مدل را برای نخستین بار در دهه ۱۹۹۰، همراه با دانشجویان تحصیلات تکمیلی‌ام در بیمارستان امور کهنه‌سربازان^۱ (VA) سن دیگو و در گروه روان‌پزشکی دانشگاه کالیفرنیا در سن دیگو توسعه دادم. در آن زمان، به‌عنوان روان‌شناس بالینی دارای مجوز، مدیر برنامه سلامت روان خانواده در مرکز VA، و نیز استاد روان‌پزشکی مشغول به فعالیت بودم.

هدف ما طراحی چارچوبی کاربردی و مبتنی بر سیستم‌های رفتاری برای ارزیابی زوج‌ها بود؛ چارچوبی که درمانگران تازه‌کار نیز بتوانند به‌راحتی آن را درک کرده و با موفقیت از آن در ارزیابی چندبُعدی زوج‌های دچار آشفتگی استفاده کنند. همچنین این چارچوب می‌بایست امکان ارائه بازخورد روشن و تدوین طرح درمانی قابل‌فهم برای زوج‌ها را فراهم آورد. در سال‌های ۱۹۹۴، ۱۹۹۹ و ۲۰۰۳، مدل «هفت C» در مجلات و کتاب‌های تخصصی این حوزه معرفی و تبیین شد. همان‌طور که در ادامه

خواهید آموخت، این الگو که برگرفته از مصاحبه‌ها و مشاهدات بالینی از ویژگی‌های روابط زوجین است، شامل هفت مؤلفه اصلی با عنوان‌های: منش، فرهنگ، قرارداد، تعهد، مراقبت، ارتباط و حل تعارض است.

در سال ۲۰۰۱، این فرصت برای من فراهم شد تا در برنامه مشاوره ازدواج و خانواده‌درمانی دانشگاه سن دیگو شرکت کنم. در آنجا با پروفیسور لی ویلیامز آشنا شدم. در دوره‌ای که در دانشگاه سن دیگو تدریس می‌کردم، لی ویلیامز علاقه‌مند شد که در فعالیت‌های بالینی مرتبط با زوج‌درمانی در بیمارستان امور کهنه‌سربازان (VA) مشارکت داشته باشد. من هر جمعه صبح، سمیناری هفتگی برای نظارت بالینی برگزار می‌کردم که از سال ۲۰۰۱ تا زمان بازنشستگی‌ام در سال ۲۰۰۵، وی به‌صورت منظم در آن حضور داشت. او تا سال ۲۰۲۰ نیز به مشارکت خود در این سمینارها ادامه داد. این همکاری، فرصتی مغتنم برای بیماران بیمارستان VA، برای لی و نیز برای من بود تا تجربه‌های بالینی ارزشمندی کسب کنیم. مهم‌تر از آن، امکان نظارت آموزشی بر ده‌ها کارآموز فراهم شد که طی دو دهه، در حال فراگیری مهارت‌های زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی بودند. بر این اساس، لی ویلیامز در طول بیش از بیست سال، تجربه‌ای عمیق و عملی در زمینه به‌کارگیری، آموزش، و توسعه بیشتر مدل «هفت C» به دست آورد.

این کتاب با اهداف و ویژگی‌هایی مشخص تألیف شده است. نخست آن‌که این اثر، بازنگری و ارتقایی جامع بر دو دهه تلاش مداوم در توسعه الگوی هفت C در ارزیابی زوج‌ها به شمار می‌آید. در این راستا، فصلی مفصل درباره‌ی ارزیابی رابطه جنسی، که بخش مهمی از مؤلفه مراقبت در روابط زوجی است، به‌عنوان فعالیتی اساسی در فرایند ارزیابی تمامی زوج‌ها افزوده شده است. افزون بر آن، مؤلفه هشتم نیز برای بسیاری از زوج‌ها پیشنهاد شده است: فصلی مجزا و جامع که به ارزیابی تعارض‌ها و ظرفیت‌های بالقوه در زمینه فرزندپروری-اعم از فرزندان زیستی، فرزندخوانده‌ها، یا فرزندان حاصل از ازدواج‌های پیشین و والدگری مشترک-می‌پردازد.

دومین ویژگی این کتاب تمرکز ویژه آن بر ارتقای مهارت‌های بالینی در ارزیابی زوج‌ها از طریق روش‌های چندگانه، شامل بهره‌گیری از ابزارهای مداد-کاغذی است. سوم آن‌که ساختار کتاب به‌گونه‌ای طراحی شده است که گام‌به‌گام، درمانگر را از نخستین دقیقه جلسه پذیرش تا واپسین دقیقه ارائه بازخورد و طراحی مداخلات درمانی، به‌ویژه با اتکا به الگوی پنج‌جلسه‌ای ارزیابی، راهنمایی می‌کند.

در نهایت، این کتاب به‌مثابه یک راهنمای آموزشی جامع تدوین شده که نه‌تنها برای کارآموزان زوج‌درمانی مناسب است، بلکه می‌تواند به‌راحتی توسط سرپرستان بالینی در هر رویکرد نظری برای تحلیل و درک روابط زوج‌های آشفته مورد استفاده قرار گیرد.

به‌طور خلاصه، این کتاب در درجه نخست برای آموزش کارآموزان بالینی تدوین شده است تا

بدون وابستگی به رشته تحصیلی خود، مهارت‌های ارزیابی زوج‌ها را فراگیرند. این اثر برای کارآموزان مشاوره خانواده، دانشجویان روان‌شناسی در سطوح کارشناسی ارشد و دکترا، دانشجویان مددکاری اجتماعی، پرستاری، دانشجویان پزشکی و دستیاران روان‌پزشکی کاربردی و قابل بهره‌برداری است. همچنین، درمانگران باتجربه نیز می‌توانند از این کتاب به‌عنوان منبعی نوآورانه برای ارزیابی دقیق زوج‌های دچار مشکل بهره‌مند شوند. با توجه به غنای محتوایی و کاربردهای متنوع این اثر، کتاب حاضر می‌تواند منبعی ارزشمند در اختیار سرپرستان آموزشی با هر گرایش درمانی قرار گیرد. کتاب حاضر، تمامی آنچه را که برای ارزیابی مؤثر رابطه و عملکرد فردی در چارچوب الگوی هفت C باید آموخت، در اختیار خواننده قرار می‌دهد. همچنین، مجموعه‌ای از پرسش‌ها، مشاهده‌ها و فنون کلیدی مورد استفاده در ارزیابی پنج‌مرحله‌ای و چگونگی تدوین بازخورد و برنامه‌ریزی درمان را به‌صورت ساختارمند شرح می‌دهد.

این کتاب در کتابخانه خاک نخواهد خورد؛ بلکه به‌عنوان ابزاری کاربردی، به‌ویژه در جلسات قبل و بعد از زوج‌درمانی، توسط کارآموزان و سرپرستان آنها به‌طور مستمر مورد مطالعه و استفاده قرار خواهد گرفت. از فرایند یادگیری آن لذت ببرید.

دکتر گری آر. برچلر



مقدمه

ارزیابی زوجها با استفاده از الگوی هفت C

آیا تجربه یادگیری رانندگی را به خاطر دارید؟ پیش از آن که اجازه نشستن پشت فرمان به شما داده شود، می‌بایست با قوانین راهنمایی و رانندگی آشنا می‌شدید. پس از آن، لازم بود مجموعه‌ای از مهارت‌های جدید را برای کار با وسیله نقلیه، از جمله نحوه صحیح رانندگی، توقف و پارک کردن، فرا بگیرید. پس از تسلط نسبی بر این مهارت‌های اولیه در کلاس‌های آموزشی یا در خیابان‌های خلوت، وارد دنیای واقعی رانندگی می‌شدید؛ جهانی که با موقعیت‌هایی به مراتب پیچیده‌تر روبروست. در این مرحله، باید در کنار دیگر رانندگان، گاه در ترافیک‌های سنگین یا با سرعت‌های بالا در بزرگراه‌ها و جاده‌های بین‌شهری حرکت کنید. شرایطی که مهارت‌هایی چون تغییر لاین در ترافیک سنگین را نیز می‌طلبد. در چنین موقعیت‌هایی، نه تنها باید بر عملکرد خود تمرکز داشته باشید، بلکه لازم است به رفتار سایر رانندگان نیز توجه کنید. به همین دلیل، برخی معتقدند که رانندگی یکی از پیچیده‌ترین فعالیت‌هایی است که انسان‌ها به‌طور مستمر درگیر آن هستند.

حال اگر نرخ طلاق را به‌عنوان یک شاخص در نظر بگیریم، می‌توان گفت که موفقیت در ازدواج یا در رابطه صمیمانه متعهدانه، به مراتب چالش‌برانگیزتر از رانندگی است. پیچیدگی روان‌شناختی انسان‌ها، روابط میان آنها را نیز به‌صورت تصاعدی پیچیده‌تر می‌سازد. در همین راستا، برخی این پرسش را مطرح کرده‌اند که چرا دریافت گواهی ازدواج به مراتب آسان‌تر از دریافت گواهی رانندگی است؟ به‌عنوان زوج‌درمانگر، شما در مسیر درمان با این پیچیدگی‌های رابطه‌ای مواجه خواهید شد. خوشبختانه، متخصصان و پژوهشگران حوزه ازدواج و خانواده، دانش گسترده‌ای درباره عوامل مؤثر بر موفقیت در روابط زوجی گردآوری کرده‌اند. کتاب پیش‌رو با هدف ارائه برترین مفاهیم و یافته‌ها در این زمینه تدوین شده است تا بتواند راهنمایی مؤثر برای فعالیت‌های درمانی شما در کار با زوجها فراهم آورد.

برای سازمان‌دهی مفاهیم و ایده‌های متعدد در قالبی منسجم، با الگوی «هفت C» آشنا خواهید شد (برچلر و همکاران، ۱۹۹۹). این الگو توسط گری برچلر، مدیر کلینیک زوج‌درمانی در بیمارستان امور کهنه‌سربازان شهر سن‌دیگو، طراحی شد. برچلر در جایگاه یک مرجع آموزشی معتبر، الگوی هفت C را به درمانگران تحت آموزش خود در طول دوره‌های کارآموزی آموزش می‌داد. در ابتدای همکاری داوطلبانه‌ام با گری در مرکز VA، با این الگو آشنا شدم. سادگی ساختار آن، در کنار توانایی چشمگیرش در یکپارچه‌سازی مفاهیم برگرفته از منابع گوناگون در چارچوبی منسجم، توجه مرا به شدت جلب کرد. به‌مرور زمان، الگوی هفت C به ساختار ذهنی من برای سازمان‌دهی حجم گسترده‌ای از اطلاعات حاصل از مدل‌های مختلف، پژوهش‌های علمی و تجارب بالینی تبدیل شد. اگر در آغاز مسیر حرفه‌ای خود به‌عنوان زوج‌درمانگر هستید، ممکن است پرسش‌هایی از این قبیل برایتان مطرح باشد:

ارزیابی زوج را از کجا باید آغاز کنم؟

در فرآیند ارزیابی زوج‌ها چه نکاتی اهمیت دارد؟

چگونه می‌توانم اطمینان حاصل کنم که ارزیابی‌ام کامل بوده و نکته مهمی از قلم نیفتاده است؟

چگونه می‌توانم اطلاعات به‌دست‌آمده از ارزیابی را به برنامه‌ای درمانی و مؤثر تبدیل کنم؟

چگونه می‌توانم اثربخشی مداخله‌های درمانی خود را ارزیابی کنم؟

این کتاب تلاش خواهد کرد تا به این پرسش‌ها و دیگر دغدغه‌های رایج درمانگران پاسخ دهد. من به دو دلیل اصلی تصمیم گرفتم که این کتاب را به‌طور ویژه بر ارزیابی در زوج‌درمانی متمرکز کنم. نخست، مرور منابع پژوهشی و تخصصی نشان داد که در حال حاضر هیچ کتاب معاصری به‌طور خاص بر ارزیابی زوج‌ها تمرکز ندارد. اغلب آثار موجود در این حوزه، ارزیابی در زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی را با یکدیگر ترکیب کرده‌اند. به‌عنوان نمونه، من خود یکی از نویسندگان کتابی تحت عنوان «مهارت‌های ضروری ارزیابی برای زوج‌درمانگران و خانواده‌درمانگران» هستم (ویلیامز و همکاران، ۲۰۱۱). بااین‌حال، چنین کتاب‌هایی معمولاً تنها یک یا دو فصل محدود را به نحوه انجام ارزیابی‌هایی که به‌صورت اختصاصی بر زوج‌ها تمرکز دارد اختصاص داده‌اند. از آنجاکه ارزیابی تعاملات زوجین تفاوت‌های اساسی با ارزیابی‌های فردی یا خانوادگی دارد، وجود منبعی جامع که به‌طور خاص به روش‌ها، ساختار و ابعاد ارزیابی زوج‌ها بپردازد، ضروری به نظر می‌رسد. گرچه کتابی قدیمی‌تر در این زمینه منتشر شده است (کارپل، ۱۹۹۴)، اما در آن به رویکردهای معاصر و مبتنی بر شواهد نظیر زوج‌درمانی هیجان‌مدار یا زوج‌درمانی رفتاری یکپارچه‌نگر توجهی نشده است. همچنین یافته‌های پژوهشی جان گاتمن، که تأثیر بسزایی در تحول فهم ما از روابط

صمیمانه در چارچوب ازدواج داشته، در آن کتاب مورد بررسی قرار نگرفته‌اند. بنابراین، این اثر درصدد پاسخ‌گویی به نیاز مبرم به وجود راهنمای به‌روز و علمی برای ارزیابی زوج‌هاست که بازتابی از درک نوین ما از روابط زناشویی و فرایند درمان آنها باشد.

دلیل دوم تمرکز این کتاب بر ارزیابی، جایگاه بنیادین آن در درمان اثربخش زوج‌هاست. بدون شناخت عمیق و دقیق از زوجین و پویایی میان آنها، هرگونه مداخله درمانی ممکن است ناکارآمد، نادرست یا حتی آسیب‌زا باشد (گاتمن و گاتمن، ۲۰۱۵). ارزیابی را باید به‌مثابه زیرساخت درمان در نظر گرفت. همان‌گونه که ساختن خانه‌ای بزرگ بر پایه‌ای ضعیف امکان‌پذیر نیست، اجرای درمانی عمیق و مؤثر نیز بدون ارزیابی جامع امکان‌پذیر نخواهد بود. چنانچه بخش‌هایی از عملکرد زوجین در فرایند ارزیابی نادیده گرفته شوند، درمانگر درک درستی از نقاط ضعف و نیازمند مداخله نخواهد داشت. هدف این کتاب آن است که درمانگر را در دستیابی به درکی جامع از زوج یاری دهد و به او کمک کند تا برنامه درمانی خود را بر بنیانی محکم و مبتنی بر ارزیابی علمی و دقیق استوار سازد.

پیش از آنکه به تبیین بیشتر الگوی «هفت C» و نحوه بهره‌گیری از این کتاب بپردازم، لازم می‌دانم برخی از اصول و دیدگاه‌های فلسفی بنیادینی را که بر نگارش این اثر حاکم بوده‌اند، به‌صراحت بیان کنم. نخست آنکه، اگرچه این کتاب در درجه اول بر فرایند ارزیابی تمرکز دارد، اما با درنظر گرفتن پیوند عمیق و متقابل میان ارزیابی و درمان، تلاش شده است تا مضامین درمانی نیز به‌طور ضمنی و در برخی موارد به‌طور صریح در سراسر اثر منعکس شود. ارزیابی و درمان را می‌توان همچون دو روی یک سکه تلقی کرد که جدایی‌ناپذیرند؛ بنابراین، هرچند تمرکز اصلی کتاب بر ارزیابی است، پیامدهای درمانی ناشی از آن به‌روشنی در متن نمایان است.

دوم، این کتاب بر رویکرد مبتنی بر توانمندی‌ها در ارزیابی تأکید دارد. در طول مطالعه کتاب، خواننده تشویق می‌شود نه تنها به چالش‌ها و مشکلات زوجین توجه کند، بلکه زمینه‌هایی را که آنها در آن موفق عمل می‌کنند یا دارای ظرفیت‌های بالقوه و بالفعل هستند نیز شناسایی و تحلیل نماید. به‌عنوان نمونه، در برخی فصول کتاب به بررسی عوامل حفاظتی پرداخته می‌شود که می‌توانند در فرایند ارزیابی مورد توجه قرار گیرند. این نقاط قوت نه تنها باید شناسایی، بلکه باید تحسین و تقویت شوند.

سوم، این کتاب بر دیدگاه یکپارچه در ارزیابی و درمان تأکید دارد، بی‌آنکه یک الگوی خاص را بر سایر الگوها ترجیح دهد. گرچه یکپارچه‌سازی رویکردها در پژوهش‌های حوزه زوج‌درمانی پیشینه‌ای مطلوب دارد، اما آنچه چارچوب «هفت C» را منحصر به فرد می‌سازد، سادگی، شفافیت و انعطاف‌پذیری آن است. در کلاس‌هایی که به تدریس زوج‌درمانی مشغولم، اغلب مشاهده کرده‌ام که درمانگران تازه‌کار به‌سرعت با این چارچوب ارتباط برقرار می‌کنند و آن را ابزاری مفید برای هدایت تمرکز خود در حین ارزیابی عملکرد زوج‌ها می‌یابند. درعین حال، درمانگران باتجربه‌تر نیز از کارآمدی این مدل در سازمان‌دهی و ادغام حجم انبوه اطلاعات بالینی قدردانی می‌کنند. الگوی هفت C به‌گونه‌ای طراحی