

تناقض و ضد تناقض

طرحی نو در درمان خانواده‌های دارای
تعامل‌های اسکیزوفرن

تألیف

مارا سلوینی - پالاتزولی

لوئیجی بوسکولو

جیان فرانکو چکین

جولیانا پراتا

ترجمه از ایتالیایی به انگلیسی: الیزابت و. پرت

ترجمه

دکتر عباس موزیری

دانش‌آموخته مشاوره خانواده، دانشگاه علامه طباطبائی

فاطمه نادری

کارشناس ارشد مشاوره، دانشگاه علامه طباطبائی

با مقدمه

دکتر علیرضا بوستانی‌پور

سپیده رحمت



فهرست

- مقدمه دکتر علیرضا بوستانی پور و سپیده رحمت ۷
مقدمه هلم استرلین ۱۳
پیش‌گفتار ۱۶

بخش ۱

- ۱: مقدمه ۲۱
۲: روش کار ۲۸

بخش ۲

- ۳: زوجها و خانواده‌ها در تعامل‌های اسکیزوفرنیایی ۳۹
۴: بیمار معلوم ۵۴

بخش ۳

- ۵: مداخله‌های درمانی: یادگیری با آزمون و خطا ۶۷
۶: استبداد شرطی‌سازی زبانی ۷۰
۷: نیت مثبت ۷۴
۸: تجویز در جلسه اول ۸۷
۹: مناسک خانواده ۱۰۳
۱۰: از رقابت تا نجات همشیره‌ها ۱۱۹
۱۱: درمانگران معمای رابطه والدین - کودک را بین خود حل‌وفصل می‌کنند ۱۲۴
۱۲: درمانگران بهبودی‌های مشکوک را بدون مخالفت می‌پذیرند ۱۳۲
۱۳: غلبه بر ترفند عضو غائب ۱۳۵
۱۴: پرهیز از انکار ۱۴۲
۱۵: مشکل ائتلاف‌های پنهان ۱۵۳

- ۱۶: درمانگران ناتوانی خود را اعلام می‌کنند و کاسه‌کوزه‌ها را سر کسی نمی‌شکنند ۱۶۶
- ۱۷: درمانگر تناقض نهایی را برای خود تجویز می‌کند ۱۷۵
- ۱۸: چشم‌پوشی درمانگر از نقش والدینی: تجویز تناقض برای نسل آخر ۱۸۲
- منابع ۱۹۲
- واژه‌نامه انگلیسی به فارسی ۱۹۷
- واژه‌نامه فارسی به انگلیسی ۱۹۹

مقدمه

دکتر علیرضا بوستانی پور و سپیده رحمت

مطالعات گرگوری بیتسون در سال‌های ابتدایی دهه ۱۹۵۰ آغاز شد. هدف این بود که تعیین کنند الگوهای ارتباطی در خانواده‌هایی که یک عضو اسکیزوفرن دارند، چگونه است. بیتسون مردم‌شناس و دانش‌آموخته رشته رفتار حیوانات، تحول، اقلیم‌شناسی، و سیبرنتیک بود که دانش و فهم بافت، فرهنگ و ساختار و کارکرد ارتباط را نیز وارد این حیطه کرد. او بیشتر علاقه‌مند به پایه‌گذاری نظریه‌ای در زمینه شناخت نقش ارتباط در بروز پدیده اسکیزوفرنی بود تا این که الگویی درمانی ارائه دهد. او الگوی مطالعه خود بر روی ارتباط را از نظریه انواع منطقی گرفته بود. همکاران او در اجرای این طرح افرادی مانند جان ویکلند، دان جکسون، و جی‌لی بودند.

هر کدام از این اسامی بعدها صاحب نظریه‌های بزرگی در زمینه خانواده‌درمانی شدند. به اعتقاد بسیاری وفادارترین افراد به آراء بیتسون در حیطه خانواده‌درمانی زیر چتر درمان‌های راهبردی گرد هم آمدند. درمان راهبردی شکل‌های متفاوتی دارد. اما در همه آنها درمانگر از یک راهبرد برای حل مشکل مراجعان استفاده می‌کند. درمانگر هدف‌های مشخصی را تعیین می‌کند، که همیشه در مسیر حل مشکل موجودند. در همه موارد روی یک روش خاص تأکید نمی‌شود، اما به طرح یک راهبرد برای هر مشکل خاص توجه می‌شود. شاید اگر بگوییم هدف‌ها را مراجع تعیین می‌کند این توصیف کامل‌تر شود، اما این درمانگر است که در کار با مراجع هدف را تعیین می‌کند. هی‌لی در دهه ۱۹۷۰ فیلادلفیا را به سمت واشنگتن دی‌سی ترک و در آنجا مؤسسه خانواده خود را تأسیس کرد. در آنجا بود که توجه خود را از مفاهیم ساختاری به

سمت مفاهیمی مانند قدرت، سلسله مراتب و مداخلات راهبردی برگرداند. او در این دوره تحت تأثیر کارهای میلتون اریکسون قرار گرفت. اریکسون استاد رویکرد راهبردی است. یک نگرش درباره رویکرد راهبردی میلتون اریکسون این است که آن را بسط یافته فن هیپنوتیزم بدانیم. یکی از نتایج آموزش هیپنوتیزم این است که در زمینه مشاهده مردم و شیوه‌های پیچیده ارتباطی آنان، برانگیختن آنان به پیروی از دستورات، و استفاده از کلمات، لحن، و حرکات بدنمان برای تأثیرگذاری بر آنان ماهر شویم.

از سوی دیگر، راهبردی‌های دیگری با هدایت مارا سلوینی - پالاتزولی، در بافت فرهنگ خانوادگی ایتالیا قدم به عرصه خانواده‌درمانی گذاشتند. بافت فرهنگی ایتالیا، تنیدگی و گستردگی بسیاری را در خانواده و ساختار خانوادگی ترغیب می‌کند. از این رو، این پیش فرض را قائل ایم که به دلیل اهمیت همین مفاهیم در ساختار فرهنگی خانواده ایرانی می‌توان امیدوار به کاربرد آنها در این بافت فرهنگی نیز بود. همان‌طور که درباره رویکرد هی‌لی ادعا شد، میلانی‌ها نیز همچنان به دیدگاه‌های بیتسون وفادار مانده‌اند.

پست‌میلانی‌ها از نظریه اطلاعات و نظریه بازی‌ها تأثیر گرفته بودند. بر اساس این دیدگاه، انسان‌ها در تعامل متقابل با یکدیگر و در طول زمان، شبیه هم می‌شوند. فرد در نگرستن به رودخانه بخشی از رودخانه می‌شود. مردم نه خوب‌اند و نه بد. خانواده پیوسته اعضایش را تغییر می‌دهد زیرا آنان در ارتباط و تأثیر و تأثر متقابل و همیشگی با یکدیگرند.

ولی آنچه همواره به عنوان هسته اصلی این نظریه‌ها و فنون مداخله‌ای آنها ثابت باقی ماند، مفهوم تناقض بود. از زمانی که بیتسون در نوشته‌هایش به این مفهوم اشاره کرد و نشان داد چطور از دید معرفت‌شناختی هر مفهومی در برابر مفهوم متناقض خود معنا پیدا می‌کند، همکارانش در گوشه گوشه دنیا به اهمیت این موضوع پی بردند که نمی‌توان دنیا را بدون تناقض‌های موجود درک کرد. حتی کاترین بیتسون در یکی از خاطرات خود از پدرش اشاره می‌کند که تعریف پدرش از طبیعت «یک تناقض بزرگ»

است. پُل واتسلاویک در ادامهٔ این جهان‌بینی و در کاربست این مفهوم در زمینهٔ روابط بین‌فردی به لایه‌های ارتباطی اشاره کرد و نشان داد که چطور وقتی مفهومی را به زبان می‌آوریم همزمان متناقض آن را نیز در ذهن بازنمایی می‌کنیم. زیربنای فلسفی این ایده در آراء ژاک دریدا، فیلسوف پست‌مدرن فرانسوی هم مشهود است. بعدها این دیدگاه مبنایی شد برای درمان‌های پست‌مدرن که حتی همین میلانی‌ها هم از آنها بی‌نصیب نماندند و آن را «دیدگاه‌های پُست‌میلان» نامیدند.

واتسلاویک اشاره کرد که هر ارتباطی در یک سطح خبری رخ می‌دهد و از طرف دیگر دستوری پشتش پنهان است. گاهی این سطوح با هم پیام‌های متناقضی را مخابره می‌کنند و این تناقض مبنایی برای رفتارهای مبهم و بیمارگونه می‌شود. گرچه در پژوهش‌های بیتسون و همکارانش نیز بر این یافته تأکید شد، سال‌های بعد همهٔ آنان متفق‌القول اعتراف کردند که همگی اشتباه کرده‌اند. یکی از اساسی‌ترین مفاهیم سیستمی نادیده گرفته شده بود: «علیت حلقوی». علیت حلقوی نشان می‌دهد هر علتی معلول پدیده‌ای است که می‌تواند علت خودش باشد. به عبارتی الف علت ب است و در عین حال ب علت الف. همین‌جا پیچیدگی موضوع رخ می‌نمایاند که اگر این گونه به موضوعات بنگریم که تفاوتی بین علت و معلول قابل تصور نیست و هر کدام با خود این دو را حمل می‌کنند، و با در نظر گرفتن این که هر مفهومی در برابر مفهوم متناقضش معنا پیدا می‌کند، به این درک می‌رسیم که اساساً شناخت مفهومی متناقض است. برای شناخت هر پدیده‌ای، و در واقع، همراه با شناخت هر پدیده‌ای، متناقض آن نیز در ذهن ما شکل می‌گیرد. بزرگ‌بودن را درک نخواهیم کرد مگر آن که کوچک‌بودن را لمس کرده باشیم. هستی را نمی‌فهمیم، مگر آن که درکی از نیستی داشته باشیم و به همین ترتیب.

میلانی‌ها هم براساس مفهوم علیت حلقوی، مصاحبه‌ای با روش پرسش‌گری حلقوی طرح‌ریزی کرده‌اند تا تفاوت‌ها و الگوهای ادواری نظام زندگی خانواده را شناسایی کنند. درمانگر در حالی که بی‌طرف است تلاش می‌کند نقشه یا نظام باورهای خانواده

را ارزیابی کند. خانواده‌ها در اثر نظام باورهای منسوخ خود، درمانده می‌شوند. هدف درمانگر گسترش فرضیه‌ای بر مبنای اطلاعات به دست آمده است تا به خانواده امکان تغییر در نظام‌های اعتقادی خود را بدهد. از نظر گروه میلان تغییرات تصادفی و غیرمداوم است. با تغییر الگوهای تفکر و نقشه‌های شناختی، این امکان وجود دارد که خانواده برای یافتن راه‌حل مشکلاتش، برانگیخته شود. زن و شوهر در نقش والدین خود، تشویق می‌شوند مهارت‌های جدیدی بیاموزند و کارکرد مدیریتی خود را افزایش دهند.

از سوی دیگر، مشخص شد مراجع بخشی از یک سیستم است، سیستمی که مراجع به‌عنوان عضو آن، برای حفظ تعادلش به صورت ناخودآگاه تلاش می‌کند. به عبارت دیگر، اگرچه در سطح کلامی ممکن است از وضعیت سیستم گله کند اما در رفتار طوری عمل می‌کند که تعادل ناسالم شکل گرفته در سیستم را حفظ کند. این وضعیت با پیامی متناقض در ابتدای درمان خود را نشان می‌دهد. مراجع معمولاً با این پیام به درمان مراجعه می‌کند که «اوضاع را تغییر بده، اما وضعیت موجود را دست‌کاری نکن.» این تناقض بزرگ که مقدمه آن حفظ تعادل ناسالم سیستم است، با ضدتناقضی از جانب درمانگر مواجه می‌شود که تمام فرآیند درمان براساس آن شکل می‌گیرد: «برای این که تغییر کنید، نباید تغییر کنید.» این جمله متناقض پادزهر شکستن تعادل شکل گرفته ناسالم است. زیربنای تناقض و ضدتناقض همین جمله‌هاست که در کتاب مفصلاً به آن پرداخته می‌شود.

کتاب پیش رو البته از دید سبیرنتیک درجه اول به این مفهوم پرداخته است. به این معنی که باید تناقض هر پدیده‌ای را در خارج از آن یافت و با شناختش به این درک رسید که معنا و مفهوم آن چیست. اما از دید سبیرنتیک درجه دوم، متناقض هر مفهومی در خود آن مفهوم نهاده شده و برای شناخت آن لازم نیست به سیستمی خارجی اشاره کنیم. میلانی‌های کلاسیک، بر مبنای سبیرنتیک درجه اول کار می‌کردند و درمانگر را خارج از سیستم خانواده در نظر می‌گرفتند، و با مشورت تیم درمانگران

فرآیند درمان را خارج از سیستم خانواده می‌دیدند. اما پست‌میلانی‌ها مناسب و آداب و رسوم خانواده را درون سیستم در نظر می‌گرفتند و درمان را جدای از سیستم خانواده نمی‌دیدند.

کتاب حاضر یکی از کلاسیک‌های خانواده‌درمانی است و نمی‌توان تصور کرد که فردی در حوزه زوج و خانواده و به ویژه درمان‌های سیستمی فعالیت داشته باشد اما این کتاب را نخوانده باشد. به‌عنوان خانواده‌درمانگر و کسانی که فرآیند انتقال از درمان‌های مبتنی بر سبیرنتیک درجه اول به درمان‌های پست‌مدرن مبتنی بر سبیرنتیک درجه دوم را گذرانده‌ایم، پیشنهاد می‌کنیم این کتاب را به‌عنوان یکی از منابع اصلی درمان‌های سیستمی برای خود حفظ و نگه‌داری کنید. هرچند در این کتاب ردی از رویکردهای پست‌مدرن نیست، نویسندگان از کسانی بودند که بعدها با توجه به معرفت‌شناسی بیتسونی به پایه‌ریزی اصول درمان‌های پست‌مدرن کمک کرده‌اند.

علیرضا بوستانی‌پور و سپیده رحمت

تهران، فروردین ۱۳۹۹

مقدمه

هلم استرلین

«تفاض و ضدتناقض» نشانه انقلاب در پارادایمِ نوظهور خانواده‌درمانی است. مارا سلوینی- پالاتزولی، لوییجی بوسکولو، جیان فرانکو چکین، و جولیانا پراتا هشت سال همانند یک تیم با هم کار کردند، و بجاست آنان را پیشگامان درمان اختلالات شدید روانی بشناسیم که تلاش‌های زیادی برای درمان آنها شده است.

در جایی از کتاب می‌خوانیم سلوینی- پالاتزولی، روان‌تحلیل‌گر میلانی، بین درمانجویان و همکارانش به جادوگری شهرت دارد. ساحری که با عصای سحرآمیزش درمانجو و خانواده او را در یک جلسه شفا می‌دهد. گرچه او زیر بار چنین تعریف‌هایی نمی‌رود، منی که سال‌ها کارها و نوشته‌هایش را دنبال کرده‌ام به سختی لحظه‌ای می‌یابم که جادوگری نکرده باشد.

تقریباً یک دهه پیش کتابی از او به ایتالیائی منتشر شد که درمان روان‌تحلیلی او را با درمانجویان بی‌اشتهای عصبی نشان می‌داد. دکتر سلوینی- پالاتزولی در آن کتاب بینش شگرفش را به پویایی‌های درون‌روانی و روابط شی‌ دختران بی‌اشتهایش ارائه می‌کند، و با وجود برگزاری بیش از صد جلسه درمان فردی برای درمانجویانش، فروتنانه از موفقیت درمانی ناچیز دم می‌زند. آن کتاب به زبان انگلیسی (گرسنگی‌دادن به خود، ۱۹۷۸) موجود است و در چند فصلش جلسه‌های درمانی درمانجویان گزارش شده است. در آن جاست که گزارش مداخله‌های سحرآمیزش را آورده است: در دوازده خانواده‌ای که در جلسه‌های مشترک می‌بیند، درمان بی‌اشتهایی بیمار معلوم از پانزده جلسه فراتر نمی‌رود (که اغلب کم‌تر هم می‌شود) و در این موارد خانواده عمیقاً تغییر

می‌کند و تغییرش پایدار است.

تناقض و ضدتناقض خلف شایسته‌ای برای گرسنگی‌دادن به خود است و باور به جادوگری او را سست که نمی‌کند هیچ، تقویت هم می‌کند! او و گروهش که از کار با خانواده‌های بی‌اشتها ملول شده بودند (زیرا همواره پویایی‌های یکسانی نشان می‌دادند) در این کتاب سراغ خانواده‌هایی رفتند که عضو اسکیزوفرن داشتند. موفقیت آنان در درمان خانواده‌های «اسکیزوفرن» به اندازه خانواده‌های بی‌اشتها چشم‌گیر بود. درمانگران درمان این قبیل خانواده‌های روان‌پریش را به بیست جلسه محدود کردند که تقریباً ماهانه برگزار می‌شد. خانواده‌هایی که از بیماری‌های مزمن شدید رنج می‌بردند و از بستری‌های درازمدت زخم خورده بودند، از این مطالعه حذف شدند.

مطالعه کامل این کتاب جادوگری مبانی نظری متقنی به دست می‌دهد که سرچشمه آنها را باید در آراء و افکار گرگوری بیتسون، جی‌هی‌لی، پُل واتسلاویک، هارلی شاندرز و دیگرانی جست که زمینه‌ساز انقلاب سیرنیتیکی در قرن ما شدند و «معرفت‌شناسی تعاملی»^۱ را بنا نهادند که مدل حلقوی را جای مدل خطی و غیرعلّی نشانده. مدل حلقوی چشم‌ها را به روی تناقضی که در روابط سالم و ناسالم وجود دارد گشود. معمولاً از این تناقض‌ها طرفه می‌رویم زیرا ابزارهای زبانی محدودی برای فهم آنها داریم.

خواه‌ناخواه همه ما زبانی داریم که ما را با تفکر کمابیش تک‌علّتی^۲ و خطی بار آورده است. گرچه اغلب ما می‌توانیم بر دنیای تعاملی اطرافمان غلبه کنیم، بسیاری از (شاید همه) خانواده‌هایی که عضو اسکیزوفرن دارند از پس این کار برنمی‌آیند. آنان در «تله‌های ارتباطی»^۳ دشوار گیر می‌افتند و نمی‌توانند از شر مارپیچ‌های ارتباطی^۴ خلاص شوند. نتیجه چیزی نیست جز بیزاری‌های شدید متقابل، استثمارگری و استثمارگری متقابل، و رکود ارتباطی و تکاملی.

1. transactional epistemology

2. monocausal

3. relationship traps

4. communicational labyrinth

هی‌لی، واتسلاویک، و سایر راهبرددگرایان راهبرد درمانی دستورهای تناقضی^۱ را برای ورود به ماریپچ‌های تودرتوی ارتباط به خانواده‌درمانی معرفی کردند. این راهبرد قلب رویکرد درمانی سلوینی-پالاتزولی و میلانی‌هاست. آنان ما را با ابزار درمانی نیرومندی آشنا کردند که از دو مؤلفه مهم استفاده می‌کند:

(۱) درمانگران رابطه مثبتی با اعضای خانواده ایجاد می‌کنند. برای این منظور، همه رفتارهای خانواده را می‌پذیرند و معنای مثبتی به آنها می‌دهند، و از تذکرات اخلاقی یا اتهام‌زنی که اضطراب، شرم، یا احساس گناه می‌آفریند پرهیز می‌کنند.

(۲) درمانگران در پی بازآرایی نیروهای ارتباطی این خانواده‌ها هستند. خانواده را از مسیر مخربی که پیش گرفته‌اند بیرون می‌کشند و به همه اعضای خانواده شانس جدیدی برای فردیت و انفصال می‌دهند.

چنین دستورهایی همانند هر ابزار قدرتمند درمانی چاقوی دو لبه‌ای است که هم شفا می‌بخشد و هم زخم می‌زند. شفابخشی آن منوط به آمادگی و تجربه بالاست، و هم‌دلی درمانگر با همه اعضای خانواده را می‌طلبد. شجاعت تدوین و اقتباس مدل‌ها و مفاهیم جدید در مواقعی که آموخته‌های قدیمی به بن‌بست می‌خورند ویژگی دیگر سلوینی-پالاتزولی و میلانی‌هاست.

پیش‌گفتار

این کتاب گزارش پژوهشی است که نویسندگان کتاب اواخر ۱۹۷۱ طراحی و در ژانویه ۱۹۷۲ آغاز کردند. «تناقض و ضدتناقض» مداخله‌های درمانی را گزارش می‌دهد که روی ۱۵ خانواده انجام شده است. پنج خانواده کودکان ۵ تا ۷ ساله داشتند که رفتارهای روان‌پریشی شدید نشان می‌دادند، و ۱۰ خانواده نیز فرزندان ۱۰ تا ۲۲ سال داشتند که تشخیص اسکیزوفرنی برای آنان داده شده بود و هیچ درمان رسمی دریافت نکرده بودند.

خانواده‌هایی که بیمارشان سابقه درمان رسمی داشت از پژوهش حذف کردیم تا درمان را گام‌به‌گام پیش ببریم. پژوهش‌های ما با وجود همکاری کارگر افتاد که سخاوتمندانه به ما کمک کردند.

انتشار این گزارش مقدماتی پاسخی است به درخواست‌های بی‌شماری که اصرار داشتند روش و تأثیر مداخله‌هایمان را گزارش کنیم. صرف‌نظر از این که چقدر مطالب ما ناپخته است، با درخواست‌ها موافقت کردیم زیرا خانواده‌های بسیاری تغییرهای فوری و چشم‌گیری نشان دادند که البته مجال پیگیری آنها نبود.

به خاطر تسهیل درک عموم ما هم از اصطلاح بلولری اسکیزوفرنیا استفاده می‌کنیم که در دنیا رواج دارد، هرچند تأکید می‌کنیم که منظورمان بیماری یک نفر نیست، بلکه الگوی ارتباطی خاصی است که نمی‌توان آن را از الگوهای ارتباطی عینی در گروه‌های طبیعی تفکیک کرد. و این‌جا منظور ما خانواده‌هایی است که در تعامل‌های اسکیزوفرنیایی گرفتارند.

پژوهش ما در پی دستیابی به یک روش منسجم، و تکنیک‌ها و کاربست‌های درمانی معتبری است که با مدل مفهومی ما جور در آید.

مهم‌ترین جنبه این گزارش معرفی ابتکارهای درمانی ماست. به عبارت دیگر، گمان

می‌کنیم آنچه انجام می‌دهیم برای خواننده جالب‌تر از افکاری است که در مواجهه با تعامل‌های اسکیزوفرنیایی در سر داریم. با وجود این، در بخش دوم کتاب آراء و افکارمان را با هدف تفهیم اقدام‌ها و مداخله‌هایمان پیش‌کش می‌کنیم.

در آخر باید یادآور شویم قدردان کمک‌ها و دلگرمی‌های دوستان روان‌شناس، روان‌پزشک، و مددکار اجتماعی هستیم که با ترغیب خانواده‌ها به دریافت خدمات خانواده‌درمانی به ما فرصت دادند برنامه‌پژوهشی خود را عملیاتی کنیم. صمیمانه قدردان پل واتسلاویک هستیم. علاقه و شوقی که او به کارهای ما نشان می‌داد محرک ما بود. در ضمن، از انریکا دل‌پونت سولبیاتی برای کمک‌هایی که در آماده‌سازی نوشته‌ها داشت سپاس‌گزاریم.

میلان، ایتالیا

۳۱ اکتبر ۱۹۷۴

بخش

۱

مقدمه

این کتاب دربارهٔ پژوهشی آزمایشی است که تیم ما آن را با هدف تأیید اعتبار فرضیه‌ای انجام داد که از نظریهٔ سیبرنتیک و ارتباط گرفته بود. پژوهش بر این فرض استوار بود که خانواده سیستم خودنظم‌بخشی است که خود را بر اساس قوانینی که در گذر زمان شکل می‌گیرند و با آزمایش و خطا کنترل می‌کند.

فرضیهٔ فوق بر این ایدهٔ محوری بنا شده است که هر گروه طبیعی (گروه‌های کاری، جمعیت‌های خودجوش، گروه‌های مدیریتی، و خانواده که اصلی‌ترین آنهاست)، در برههٔ زمانی خاص و با مجموعه‌ای از تعامل‌ها و بازخوردهای اصلاحی شکل می‌گیرد. تا وقتی گروه طبیعی با قوانین خاص خود به یک واحد سیستمی تبدیل شود، همین تعامل‌ها و بازخوردها نشان می‌دهد چه چیزی در ارتباط مجاز یا غیرمجاز است. این قوانین به تعامل‌هایی مربوط است که در گروه‌های طبیعی وجود دارد؛ تعامل‌هایی که خواه کلامی باشد و خواه غیرکلامی، ارتباط قلمداد می‌شود. بر اساس فلسفهٔ عملی روابط انسانی^۱ (واتسلاویک، بوین، و جکسون، ۱۹۶۷) هر رفتار ارتباطی است که به‌طور خودکار بازخوردی را در بر می‌گیرد که ارتباط رفتار دیگری را برمی‌انگیزاند. این فرضیه فرضیهٔ دیگری را پیش می‌کشد: «خانواده‌هایی که در آن یک یا چند عضو رفتارهایی نشان می‌دهند که آنگ «آسیب» به آنها می‌خورد، با توسل به تعامل و قوانین خاص مرتبط به آن آسیب دور هم جمع شده‌اند. بنابراین، کنش‌ها و واکنش‌ها ویژگی‌هایی دارند که قوانین و رفتارهای متقابل آسیب‌زا را حفظ می‌کنند. از آن‌جا که رفتار نشانه‌دار جزئی از الگوی خاص رفتار در برابر سیستمی است که در آن رخ می‌دهد، راه‌حل حذف نشانه‌ها تغییر قوانین رفتاری است. روش‌هایی را که با این