

ژنوگرام متمرکز مبتنی بر نظریه دل‌بستگی  
گسترش نظریه دل‌بستگی  
(کتاب کار)

---

## فهرست مطالب

---

|     |   |
|-----|---|
| ۶   | ..... درباره نویسندگان.....   |
| ۷   | ..... نویسنده همکار.....  |
| ۸   | ..... درباره کتاب.....  |
| ۱۲  | ..... مقدمه.....  |
| ۱۷  | <b>بخش اول: مبانی کاربرد ژنوگرام متمرکز در سازه نظریه دل بستگی.....</b> |
| ۱۸  | ..... ۱ ژنوگرام‌های متمرکز مبتنی بر دل بستگی.....                       |
| ۳۲  | ..... ۲ نقشه ذهنی بالینی.....   |
| ۴۹  | <b>بخش دوم: شالوده موضع درمانی.....</b>                                 |
| ۵۰  | ..... ۳ موضع درمانی.....  |
| ۶۷  | ..... ۴ مادرانم-پدرانم-خودم.....  |
| ۸۹  | <b>بخش سوم: کاربرد ژنوگرام در چهار حیطه بین سیستمی.....</b>             |
| ۹۰  | ..... ۵ حیطه فردی.....  |
| ۱۰۷ | ..... ۶ حیطه زوج.....   |
| ۱۲۵ | ..... ۷ حیطه بین نسلی.....  |
| ۱۴۰ | ..... ۸ حیطه بافتی.....   |
| ۱۴۸ | ..... ۹ صورت بندی موردی مبتنی بر دل بستگی.....                          |
| ۱۷۵ | <b>بخش چهارم: تکامل ژنوگرام‌های متمرکز.....</b>                         |
| ۱۷۶ | ..... ۱۰ ژنوگرام اولیه.....   |
| ۲۰۸ | ..... ۱۱ ژنوگرام متمرکز اعتیاد.....                                     |
| ۲۳۹ | ..... ضمیمه.....  |
| ۲۶۳ | ..... واژه نامه انگلیسی به فارسی.....                                   |
| ۲۶۴ | ..... واژه نامه فارسی به انگلیسی.....                                   |

## درباره نویسندگان

کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دلبستگی کتابی کاربردی و دردسترس برای بالینگران است که می‌خواهند پژوهش‌های دلبستگی و نظریه سیستم‌های خانواده را وارد کارشان کنند، و توجه خاصی هم به فرآیندهای انتقالی بین‌نسلی داشته باشند.

این کتاب ابزارهای نقشه‌کشی و جدول زمان‌بندی متعددی را در ژنوگرام متمرکز و رویکرد بین‌نسلی به نمایش می‌گذارد. کتاب با بررسی اهمیت پیوند درمانی یا سیستم‌درمانجو، روش‌شناسی جدیدی برای شناسایی الگوهای دلبستگی در کودکی، سبک‌های دلبستگی در بزرگسالی، سناریوهای خانوادگی و روایت‌های دلبستگی، و پیوندهای بافت اجتماعی ارائه می‌دهد. در سرتاسر کتاب مثال‌هایی آمده تا گویای تفکر انعکاسی و مفاهیم کلیدی باشد.

این کتاب کار با استفاده از ژنوگرام که ابزاری مفید در خانواده‌درمانی متمرکز است، در همه سطوح به درمانگر کمک می‌کند و به ملاحظات سیستمی در کار و پژوهش بالینی پروبال می‌دهد. همچنین، در این کتاب مؤلفه‌های کتاب ژنوگرام‌های متمرکز ۲ را آورده‌ایم که پژوهش‌های دلبستگی را برای افراد، زوج، و خانواده‌ها در بافت درمانی نشان می‌دهد.

**دکتر ری‌تا دی‌ماریا**، درمانگر ازدواج و خانواده؛ مدرس، مشاور، و درمانگر در انجمن جنسی آمریکا؛ دارای مدرک سکس‌تراپی از انجمن ازدواج و خانواده‌درمانی آمریکا؛ و ناظر متخصصان در کاربست سیستمی نظریه دلبستگی با روش ژنوگرام متمرکز و خاصه تمرکز ویژه بر دلبستگی ناپسامان است.

**برایانا باگ**، درمانگر ازدواج و خانواده، دانشجوی دکتری، درمانگر خانواده و ازدواج، و بحران‌پژوه است. او پژوهش و کار بالینی خود را صرف این کرده که افراد، زوج‌ها، خانواده‌ها، و سیستم‌های بزرگ‌تر چگونه بحران را تجربه کرده و آن را تاب می‌آورند.

**ورائیکا هاگرتی**، پرستار، درمانگر ازدواج و خانواده، و زوج‌درمانگر و خانواده‌درمانگری است که به افراد، خانواده‌ها، و زوج‌های قربانی کمک می‌کند راه التیام را بیابند.

## نویسنده همکار

دکتر مارکی لوئیس کریستینسون (ل. ک. توئیست)، مدیر برنامه گواهی فارغ التحصیلی در برنامه سکس تراپی؛ استاد تکامل بشر و مطالعات خانواده و مدرس ازدواج و خانواده‌درمانی در دانشگاه ویسکانسین است؛ دکتر توئیست درمانگر ازدواج و خانواده و مشاور سلامت روان، بالینگر ازدواج و خانواده‌درمانی، ناظر، و دارای مدرک آموزش سکس تراپی و مدرک نظارت بر آموزش آن است. او نویسنده همکار کتاب *ژنوگرام‌های متمرکز: سنجش بین‌نسلی افراد، زوجها، و خانواده‌ها (ویرایش دوم)* و ویراستار همکار کتاب *کار مبتنی بر زیست‌بوم: خانواده‌درمانی در عصر مخاطره زیست‌بوم* است. دکتر توئیست همچنین ویراستار کتاب *درمان جنسی و ارتباطی: دید بین‌المللی به درمان، پژوهش، و عمل* است.

## درباره کتاب

کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دل بستگی، با اتخاذ نظریه دل بستگی و نظریه سیستم‌های خانواده برای سنجش و طراحی مداخله برای درمانجویان، تجربه آموزشی مفصل و عملی برای بالینگرانی است که می‌خواهند کاربست سنتی ژنوگرام را توسعه دهند. نویسندگان تمرین‌های نظری، بصری، و مفیدی را به نمایش گذاشته‌اند که به درمانگر و درمانجو کمک می‌کنند به درک مشترکی از الگوهای بین‌نسلی و پیچیده سیستمی برسند. این کتاب کار با داشتن تمرین‌های متعدد به بالینگران تازه‌کار و خبره کمک می‌کند خوداکتشافی کرده و اتحاد درمانی‌شان تسهیل شود.

دکتر ترزا آ. بیتون، نویسنده همکار سنجش روابط خانواده:  
دست‌نامه فضای زندگی خانوادگی

کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دل بستگی برای تمام درمانگرانی مفید است که از ابزارهای بصری برای پیشبرد درمانی متمرکز استفاده می‌کنند. این کتاب کار فرآیند شناسایی روابط درونی را آشکار می‌کند که بخشی از درمان سیستمی است. این کتاب و رای خلاصه کردن مراحل درمان، دستورالعمل گام‌به‌گام مفهوم‌پردازی موردی را با گنجاندن نظریه دل بستگی توضیح می‌دهد. همه دانشجویان و درمانگران می‌توانند از این کتاب کار سود ببرند زیرا به کسب اطلاعات کمک کرده و باعث می‌شود به درکی از ابعاد چندگانه قالب بصری برسند. دنبال کردن رویه‌ای که دکتر ریتا دی‌ماریا و همکاران ارائه کرده‌اند از پیچیدگی کار بالینی کم کرده و روشی برای کاوش پویایی‌های مراجعان می‌دهد.

دکتر اسکات برانینگ، استاد دانشگاه، مؤسسه روان‌شناسی تخصصی،  
دانشگاه چستنت هیل، فیلادلفیا

این کتاب کار راهنمای مفیدی برای برنامه آموزشی و کارورزی زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی است. نویسندگان با قلم خود نسل جدید دانشجویان و درمانگران، ناظران بالینی، و محققان را به وجد آورده‌اند. این کتاب کار ابزار سنجش مفیدی مثل ژنوگرام‌های متمرکز را ارائه می‌کند که بنیان نظریه دل بستگی و نظریه سیستم‌های خانواده بوئن هستند. مطمئنم اگر دانشجویانم در برنامه آموزش زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی این کتاب کار را در کنار کتاب ژنوگرام‌های متمرکز بخوانند حتماً برایشان

مفید خواهد بود.

دکتر جی.ا. اوه، استاد دانشگاه و نماینده مؤسسه زوج‌درمانی  
و خانواده‌درمانی کالیفرنیا، جنوبی در دانشگاه دی‌بریک

بالینگران برای کمک به خانواده‌ها تا راه‌های سالم‌تری برای ارتباط پیدا کنند، باید آنان را وارد سفر  
اکتشاف گذشته کنند؛ نه تنها گذشته روابط و خانواده اصلی‌شان، نسلی که قبل از آنان بوده و کسانی که  
برایشان میراث جسمی، شخصیتی، و ارتباطی گذاشته‌اند. کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دل‌بستگی  
کتاب راهنمای ضروری است که به بالینگران کمک می‌کند گذشته را عمیق‌تر بکاوند، نیروهای تاریخی  
را که در پس مشکلات درمانجویان هست درک کنند، و از آن دشواری‌ها به رهایی برسند. هیچ  
درمانگری نباید بدون این کتاب دست به زوج‌درمانی و خانواده‌درمانی بزند.

دکتر مورتزا هانا، استاد روان‌شناسی دانشکده سینیپا؛

بالینگر ارشد رابطه‌درمانی؛ روان‌شناس ایالت نیویورک

تقدیم به جرال ویکس یکی از مهم‌ترین روش‌های یکپارچه، نظری، و بالینی (رویکرد بین‌نسلی) را ابداع کرد که کاربست جامع نظریه و عمل برای درمان سیستمی است. به‌خاطر تلاش‌هایش برای همکاری با من و گنجاندن نظریهٔ دل‌بستگی در کارهایش تا ابد مدیون او هستم.

ریتا دی‌ماریا

تقدیم به مراجعانم که بزرگ‌ترین آموزگارام بودند.  
تقدیم به خانواده‌ام و به عشقم.

برایانا باگ

تقدیم به کسانی که توانستم کمک‌شان کنم، کسانی که امیدوارم کمک‌شان کرده‌ام، و کسانی که قدردان هستند ... امیدوارم این را به نسل بعدی انتقال دهند.  
و تقدیم به خانواده‌ام و اساتیدم که به من ایمان داشتند و روی پتانسیل‌های من سرمایه‌گذاری کردند، و من از صمیم قلب قدردان‌شان هستم.

ورانیکا هاگرتی

تقدیم به مظاهر دل‌بستگی‌ام؛ روح شادروان پروفیسور باقر ثنایی ذاکر استاد پیشکسوت‌م  
در دانشگاه خوارزمی، و سرکار خانم دکتر شکوه نوابی‌نژاد عزیزم که هر دو در مسیر  
علم پرفروغ و عاشقانه سوختند تا گرمابخش وجود ما و روشنگر راه‌مان باشند.  
دکتر سمانه خزاعی

تقدیم به سرکار خانم دکتر شکوه نوابی‌نژاد که الهام‌بخش ما در عرصه‌های علم و دانش  
بودند.

دکتر زهرا اخوی ثمرین

تقدیم به پروفیسور باقر ثنایی ذاکر استاد معظم خانواده درمانی

روحشان شاد



### تلفیق رویکرد بین‌سیستمی با ژنوگرام‌های متمرکز

#### سنجش و درمان سیستمی، بین‌نسلی، و مبتنی بر دل‌بستگی

کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دل‌بستگی را به این خاطر به رشته تحریر درآوردیم که متوجه شدیم کاربرد ژنوگرام با نحوه استفاده ما از آن در کار بالینی همسو نبود. هدف ما از تألیف این کتاب ارائه رهنمودی است تا متوجه شوید ابزارها چگونه بر مفهوم‌پردازی موردی و موضع درمانی مبتنی بر دل‌بستگی اثر می‌گذارند. ترکیب مؤلفه‌هایی که در این کتاب می‌آموزید به شما کمک می‌کند رویکرد درمانی یکپارچه و یگانه‌ای برای همه سیستم‌درمانجوها و در بافت اتحاد درمانی تدوین کنید. چه درمانگری باتجربه باشید چه تازه‌کار، با کاربرد این رویکرد منسجم، دانش و مهارت بیشتری کسب می‌کنید و طرز فکر و مهارت‌هایتان قوی‌تر می‌شود. در نهایت، هم مهارت بالینی‌تان افزایش می‌یابد و هم در پردازش و حل‌وفصل مشکلات بالینی کارکشته‌تر خواهید شد.

هدف اصلی این کتاب کمک به درمانگران، دانشجویان، و ناظران است تا به صورت سیستمی و دیالکتیک توانایی خود را در مفهوم‌پردازی موردی سیستم‌درمانجو ارتقا دهند. کتاب ژنوگرام‌های متمرکز ۲ (۲۰۱۷) و این کتاب که مکمل آن است، چگونگی تدوین روشی منسجم را برای سنجش و مداخله در سیستم‌درمانجو عرضه می‌دارد. گنجاندن نظریه دل‌بستگی در چهار حیطه بین‌سیستمی، رهنمودی برای تمرکز بالینی متناسب، پاسخگو، تلفیقی، و مبتنی بر دل‌بستگی است. در هر فصل، نمودارها و جدول‌هایی را آماده کردیم که کمک می‌کنند نحوه استفاده از این رویکرد را بیاموزید. هدف نهایی ما صورت‌بندی موردی و شکل‌گیری و ارتقای اتحاد درمانی در سیستم‌درمانجوهاست.

این کتاب شامل جدیدترین کاربردهای ژنوگرام‌های متمرکز مبتنی بر دل‌بستگی، خاصه، نقشه ذهنی بالینی، ژنوگرام اولیه، ژنوگرام اعتیاد، و صورت‌بندی جامع و بین‌سیستمی مورد است.

- نقشه ذهنی بالینی (بخش یک، فصل دو) به درمانگران کمک می‌کند پیچیده‌ترین افراد، زوج‌ها، خانواده‌ها، و سیستم‌های بزرگ‌تر را مفهوم‌پردازی بصری کنند.
- در بخش دو، فصل سه مراحل مختلف موضع درمانی را توصیف می‌کنیم. بخش دو همچنین (بر اساس ژنوگرام جنسیت) ژنوگرام متمرکز جدیدی را به نام «مادرانم-پدرانم-خودم» در بر

- می‌گیرد. ژنوگرام متمرکز «مادرانم-پیدرانم-خودم» برای درمانگرانی استفاده می‌شود که می‌خواهند حیطه‌های فرد، زوج، خانواده، و بافت را از چشم‌انداز نظریهٔ دل‌بستگی بررسی کنند.
- صورت‌بندی موردی (بخش سه، فصل نه) را ویکس در نخستین مقاله‌اش راجع به رویکرد بین‌سیستمی (۱۹۸۶) توصیف کرد. صورت‌بندی موردی فرآیندی باساختار برای جمع‌آوری اطلاعات دقیق و مناسب دربارهٔ سیستم‌درمانجو و تعیین راهبردهای مداخله‌ای کاربردی فراهم می‌کند.
  - در این کتاب ژنوگرام اولیه (بخش چهار، فصل ده) را به‌روزرسانی کرده و بسط داده‌ایم.
  - به دلیل اهمیت گنجاندن سنجش اعتیاد در سنجش اولیه، ژنوگرام متمرکز اعتیاد (بخش چهار، فصل یازده) یکی از مهم‌ترین ژنوگرام‌های متمرکز است. بحران افیون اثری شوک‌آور بر نسل‌ها داشته است. ژنوگرام متمرکز اعتیاد امکان سنجش انواع اعتیادها و اثرات آنها را بر چهار حیطهٔ سنجش فراهم می‌آورد.

## بخش یک: شالودهٔ کاربردهای ژنوگرام متمرکز مبتنی بر نظریهٔ دل‌بستگی

تفکر سیستمی تفکر خلاقانه نیز هست. ما نمودارها و جدول‌هایی را طراحی کردیم که در بهبود تفکر سیستمی به شما یاری می‌رسانند. هم‌زمان با آغاز مفهوم‌پردازی دربارهٔ نحوهٔ کاوش کار بالینی‌تان، ابزار موجود در این کتاب رهنمودی مناسب در اختیار شما خواهد گذاشت. رویکرد بین‌سیستمی<sup>۱</sup> و انتقال بین‌نسلی<sup>۲</sup> دل‌بستگی (شکل ۱-۱) و نقشهٔ ژنوگرام متمرکز (شکل ۱-۲) نشان می‌دهند که چطور با کمک ابزارهای رویکرد بین‌سیستمی و ژنوگرام متمرکز دل‌بستگی و نقشه‌کشی را در سنجش همه‌جانبه ادغام کرده‌ایم. دو جدول حیطه‌های بین‌سیستمی، اصطلاحات دل‌بستگی، و ابزارهای ژنوگرام متمرکز (جدول ۱-۲) و نقشهٔ دل‌بستگی در چهار حیطهٔ رویکرد بین‌سیستمی (جدول ۱-۳) این تصویر را کامل می‌کنند. دست آخر، نقشهٔ ذهنی بالینی (فصل دو) ابزار جدیدی در ارائهٔ شیوه‌ای بصری است که به خوانندگان کمک می‌کند سبک تفکر خود را توسعه دهند و ابزارهای گوناگونی که ما طراحی کردیم به کار گیرند.

فصل یک با رویکرد سیستمی مبتنی بر دل‌بستگی آغاز می‌شود که از ژنوگرام‌های گوناگونی استفاده کرده است. مضمون این بخش بررسی رویکرد سیستمی و رویکرد بین‌نسلی مبتنی بر دل‌بستگی برای سنجش و درمان است. ژنوگرام‌های متمرکز دارای چهار ملاحظهٔ موضوعی و جدول زمان‌بندی هستند. فصل دو نقشهٔ ذهنی بالینی و چشم‌انداز مصور را به درمانگران، بالینگران، و دیگر کسانی معرفی می‌کند

1. Intersystem Approach  
2. Intergenerational Transmission

که با درمانجویان، دانشجویان، و سایر افراد کار سیستمی انجام می‌دهند. نقشه ذهنی بالینی به وسعت دیدتان راجع به سیستم‌درمانجو می‌انجامد. اصطلاح سیستم‌درمانجو نیز چشم‌اندازی جامع درباره افراد، زوجها، خانواده‌ها و سیستم‌های بزرگ‌تر در اختیارتان قرار می‌دهد.

## بخش دو: شالوده موضوع درمانی

### موضوع درمانی و کلیدهای سبک درمانی در کار بالینی

فصل سه سنگ بنای تدوین روشی فراگیر برای تمرکز یگانه بر تشکیل اتحاد درمانی (خاصه پیوند درمانی) است. پیوند درمانی را موضوع درمانی نامیده‌اند تا نشان دهند که درمانگر می‌تواند از سبک‌های درمانی مختلفی برای وفق دادن خودش با درمانجویان و پاسخگویی به آنان استفاده کند. به‌علاوه، الگویی برای بررسی تکامل موضوع درمانی در طول زمان و در رهگذر یک سری از مراحل معرفی می‌کنیم.

فصل چهار پروژه خویشتن‌درمانگر<sup>۱</sup> مبتنی بر دل‌بستگی را توصیف می‌کند که ژنوگرام متمرکز «مادرانم-پدرانم-خودم» را در بر می‌گیرد. این فصل با عنوان «رویکرد بین‌سیستمی برای رابطه‌درمانی<sup>۲</sup>» در برنامه آموزشی MFT در تحصیلات تکمیلی شورای روابط استفاده شده است. شورای روابط به‌طور انحصاری توانسته مرکز پژوهشی، آموزشی، و بالینی مجزا و مستقلی را با تمرکز بر روابط ایجاد کند. دانشجویان تحصیلات تکمیلی علاوه بر پروژه خویشتن‌درمانگر پنج ژنوگرام دیگر و انواع ژنوگرام‌های حرفه‌ای و شخصی را به کار می‌برند که آنان را به درمانگرانی دیپالکتیک، سیستمی، و متبخر در درمان افراد، زوجها، خانواده‌ها، و جوامع تبدیل می‌کند. کاوش مبتنی بر دل‌بستگی روابط شخصی با افراد، زوجها، و خانواده‌ها مبنایی مستحکم را برای کار بالینی مهیا کرده است. کاوش تجربه‌های دل‌بستگی از طریق اتحاد درمانی و خاصه پیوند درمانی، شالوده موضوع درمانی می‌شود.

## بخش سوم: کاربست ژنوگرام در چهار حیطه رویکرد بین‌سیستمی

### فرد، زوج، خانواده، و جامعه

فصل پنج کاربست نظریه دل‌بستگی را با استفاده از نقشه مدل‌های درونی توصیف می‌کند. نقشه مدل‌های درونی وضعیت درونی روان را در مراقبان و والدین اصلی از تولد تا ده‌سالگی درمانجو شناسایی می‌کند. چشمگیرترین تجربه‌های دل‌بستگی در چهار سال اول زندگی رخ می‌دهد. رویدادهای بحرانی در مراحل نوزادی، پیش‌کلامی، و اوایل کودکی بر توانایی کودکان در شکل‌دهی پیوندهای

1. Self-of-the-Therapist  
2. Relationship Therapy

هیجانی و جسمی سالم اثر چشمگیری دارد. زمان وقوع آن حادثه بحرانی برای هر فردی ابزار مهمی برای سنجش رویدادهای کلیدی است. نقشه مدل‌های درونی کلید تشکیل اتحاد درمانی است که برای ترسیم الگوهای دلبستگی کودک از نمادهای نقشه‌کشی استفاده می‌کند.

فصل شش حیطه زوجی و نقشه تعامل زوج را بررسی می‌کند که به باور ما قلب سیستم خانواده است. نقشه تعامل زوج اثر متقابل الگوهای دلبستگی در کودکی و سبک‌های دلبستگی در بزرگسالی را بررسی می‌کند که با پیشرفت رابطه زوج، صمیمیت عاطفی بین آن دو را تبیین می‌کند.

نقشه تعامل زوج ده مرحله را که به قطع رابطه، تشویش، و تنهایی منجر می‌شود و ده مرحله را که به همدلی، شفقت، و آسیب‌پذیری منتهی می‌شود نشان می‌دهد. تجربه‌های ارتباطی از حدود ۱۴ سالگی (که نوجوانان به کاوش تجربه‌های ارتباطی خودش می‌پردازند) آغاز می‌شود. نوجوانی، جوانی، و اوایل میان‌سالی معمولاً مهم‌ترین سال‌های شکل‌گیری روابط درازمدت هستند. نظریه دلبستگی بالبی از تاب‌آوری برای تشکیل پیوندهای دلبستگی ایمن در اواخر نوجوانی و بزرگسالی می‌گوید. پویایی زوجی مهم‌ترین مؤلفه گره‌گشایی از تعامل‌های هیجانی منفی و تشکیل پیوندهای دلبستگی امن‌تر در بزرگسالی است. نقشه تکامل زوج را نیز تدوین کردیم تا دست بالینگران را بگیرد و موجب ارتقای ارتباط، آسیب‌پذیری، و همدلی شود. موردپژوهی‌ها کاربردی‌ترین نقشه تعامل زوج را توضیح می‌دهد. فصل هفت نقشه اولیه خانواده را بررسی می‌کند که طی نخستین روزهای ظهور پیشگامان خانواده درمانی به وجود آمد. افراد مختلفی در این رشته از نقشه خانواده اقتباس کرده و نمادهای آن را به کار گرفته‌اند. موردپژوهی خانواده اولیه را نیز آورده‌ایم. نمادی جدیدی نیز تنوع جنسیتی را نشان می‌دهند.

نقشه روابط خانواده ابزاری جدید و یگانه است که بر مبنای نسخه چهارم مدل چندمختصاتی (مقیاس سنجش انطباق‌پذیری و همبستگی خانواده) اولسون بنا شده است. همزمان با تکامل ژنوگرام متمرکز ۲، استفاده از مدل چندمختصاتی نیز به ایجاد نقشه روابط خانواده منجر شد. نقشه روابط خانواده چندین عملکرد مهم دارد: (۱) به دنبال پیشنهاد بینگ‌هال (۱۹۹۸) ما سناریوها و روایت‌های دلبستگی خانواده را نیز افزودیم؛ (۲) مدل اولسون (۲۰۱۱) چهار سبک خانوادگی نابسامان و مجزا را نشان داد و فرآیندی را برای شناسایی سبک‌های دلبستگی هر عضو خانواده در بزرگسالی شناسایی کرد؛ (۳) ترسیم نمادها برای سیستم خانواده معمولاً شامل الگوهای دلبستگی در کودکی و سبک‌های دلبستگی در بزرگسالی می‌شود.

فصل هشت چهارمین حیطه رویکرد بین‌سیستمی (یعنی حیطه بافت) را نشان می‌دهد که بوم‌نگار پیوندهای اجتماعی<sup>۱</sup> را بررسی می‌کند. هر کدام از دایره‌های متحد‌المركز در بوم‌نگار پیوندهای اجتماعی جنبه دیگری از پیوندهای اجتماعی سیستم‌درمانجو را در جامعه و دیگر موقعیت‌ها نشان می‌دهد. یک موردپژوهی نیز گنجانده شده است.

فصل نُه راجع به صورت‌بندی موردی است که مبنای سنجش همه‌جانبه برای یک مورد بالینی را

فراهم آورده است. ژنوگرام متمرکز ۲ روش‌ها و ابزار مبتنی بر دلبستگی را با کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دلبستگی ادغام کرده است. فرم خالی صورت‌بندی موردی در این فصل ارائه شده است، و گزارش کاملی از موردپژوهی زوجی مبتنی بر دلبستگی نیز آورده شده است. جدول‌ها و اعداد هر حیطة را همراه با موضع مبتنی بر دلبستگی درمانگر بررسی می‌کنند.

## بخش چهارم: ژنوگرام متمرکز در حال تکامل

فصل یک ژنوگرام اولیه به‌روزرسانی‌شده را بررسی می‌کند که شامل سؤالات مبتنی بر دلبستگی است. نویسندگان در کتاب ژنوگرام‌های متمرکز: سنجش بین نسلی افراد، زوج‌ها و خانواده‌ها (۱۹۹۹)، ویرایش، کاربرد نظریه دلبستگی را در موضوعات و سؤالات بهبود و بسط داده‌اند. ملاحظه مهم دیگر حفظ تمرکز بر جوانب بالینی و بافتی ژنوگرام اولیه و توجه ویژه به مسائل امروزی است که عوامل نژاد، قومیت، و مهاجرت را در بر می‌گیرد.

فصل یک مبانی سنجش با ژنوگرام متمرکز اعتیاد را معرفی می‌کند که ویرایش جدید است و مجموعه پیچیده‌ای از چالش‌های ناظر به اعتیاد را بررسی می‌کند. ژنوگرام متمرکز اعتیاد مکمل ژنوگرام اولیه به‌روزرسانی‌شده و ژنوگرام متمرکز بر دلبستگی است (ژنوگرام متمرکز ۲، ۲۰۱۷). این سه ژنوگرام با هم پنجره‌ای یگانه به‌سوی آثار شوک‌برانگیز الکل، مواد مخدر، و سایر اعتیادهای رفتاری در مقابل افراد، زوج‌ها، خانواده‌ها، و جوامع باز می‌کند. اعتیاد چالش‌های خاصی را در درمان افراد، زوج‌ها، و خانواده‌های متزلزل و نابسامان به وجود می‌آورد. این چالش‌ها شامل دشواری در برقراری ارتباط هیجانی با دیگران، چالش‌های هیجانی خودآرام‌سازی، و غیره است. ژنوگرام متمرکز اعتیاد ژنوگرام متمرکز مهمی برای بالینگران است تا کار بالینی را با جنبه‌های ارتباطی، روان‌شناختی، و بیولوژیکی اعتیاد بیاموزند و به کار گیرند.

## منابع

- Byng-Hall, J. (1998). Evolving ideas about narrative: Re-editing the re-editing of family mythology. *Journal of Family Therapy*, 20(2), 133–142.
- DeMaria, R., Twist, M. L. C., & Weeks, G. R. (2017). *Focused genograms: Intergenerational assessment of individuals, couples, and families*. New York, NY: Routledge.
- Olson, D. (2011). FACES IV and the circumplex model: Validation study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37(1), 64–80.

بخش اول:

مبانی کاربرد ژنوگرام متمرکز  
در سازه نظریه دلبستگی

# ۱ ژنوگرام‌های متمرکز مبتنی بر دل‌بستگی

## رویکرد بین‌سیستمی و کاربرد نظریه دل‌بستگی

### مقدمه

به کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دل‌بستگی خوش آمدید. هدف این کتاب ارائه رهنمودی به دانشجویان، درمانگران، ناظران بالینی و محققان برای استفاده از ابزار سنجش ژنوگرام مبتنی بر دل‌بستگی است. ژنوگرام‌ها در بررسی انتقال بین‌نسلی پیوندهای دل‌بستگی و روایت‌هایی که بر باورها، نگرش‌ها، رفتارها، عملکرد هیجانی، بیماری، و بحران افراد، زوج‌ها، و خانواده‌ها اثر می‌گذازند، دست بالینگران را می‌گیرند. هدف کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دل‌بستگی شکل‌گیری اتحاد درمانی و طرح برنامه درمانی دقیق و یکپارچه است.

هدف اصلی این کتاب ارائه شیوه‌ای نوین برای صورت‌بندی موردی است. در آغاز هر فصل اهداف و رهنمودهایی ارائه می‌شود تا شما را در هدف‌گزینی، تکلیف‌دهی، و ایجاد پیوند با سیستم‌درمانجو کارگشته‌کنند. رویکرد بین‌سیستمی کمک می‌کند درمانگر طوری راه‌برد و فنونش را انتخاب کند که بیشترین تناسب را با سیستم‌درمانجو داشته باشد. به دلیل توجه بی‌درنگ درمانگر به مشکل، سنجش دقیق، انعطاف‌پذیری در شروع درمان، و تشکیل اتحاد درمانی متمرکز بر دل‌بستگی، سیستم‌درمانجو بیشتر به درمان اعتماد می‌کند. ادبیات پژوهشی راجع به کاربرد ژنوگرام در آموزش‌های بالینی گسترده است، ولی عمدتاً بر نظریه سیستم‌های خانواده‌بوئن استوار است. متأسفانه بیشتر مقالاتی که به نظریه‌بوئن پرداخته‌اند قدیمی هستند و هیچ‌کدام به ژنوگرام متمرکز اشاره‌ای نداشته‌اند. تمرکز مقالات قدیمی‌تر بر کاربرد کلی ژنوگرام، یا ژنوگرام‌های خاص و موضوعی است (مک‌گلدریک، گرسون، و پتری، ۲۰۰۸). ایده‌هایی که در این مقالات می‌بینید معمولاً بسیار کلی هستند و علی‌رغم تمرکز بر نگرش چندفرهنگی روی همه ژنوگرام‌های سنتی و مبتدی اجرا می‌شوند. به‌علاوه، مقالات و کتاب‌ها روی یکپارچگی، نظریه، یا آموزش تأکید ندارند. جدیدترین نسخه کتاب ژنوگرام‌های متمرکز: سنجش بین‌سیستمی افراد، زوج‌ها، و خانواده‌ها (۲۰۱۷) به همراه این کتاب کار ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دل‌بستگی روشی یکپارچه برای بررسی پویایی‌های درون‌فردی و بین‌فردی جامعه ارائه می‌دهند. همچنین، در این کتاب کار مفهوم موضع درمانی را که برنامه‌ای کاربردی برای تقویت اتحاد درمانی است تعریف، توصیف، و موشکافی کرده‌ایم که نگاهی نو و یگانه به ژنوگرام

است. گنجاندن نظریه دل‌بستگی در مقام سازه اصلی، کاربست ژنوگرام‌های متعدد، صورت‌بندی موردی، نقشه‌ها و جدول زمان‌بندی برای چهار حیطه سن‌جش بین‌نسلی، و اتخاذ رویکرد بالینی مبتنی بر دل‌بستگی هنگام کار با سیستم‌درمان‌جو رویکرد سیستمی جامعی را در کار بالینی به شما پیشکش می‌کند.

در هر فصل اهداف، اطلاعات زمینه‌ای، و تمرین‌هایی را برای کمک به فهم بهتر مفاهیم و کاربست ابزارها ارائه می‌کنیم. اهداف این فصل به قرار زیر است:

#### اهداف

استفاده از نقشه ژنوگرام متمرکز برای سن‌جش بین‌نسلی چهار حیطه (تمرین ۱-۱)  
توضیح اینکه کاربست ژنوگرام متمرکز، سن‌جش بین‌نسلی، و نقشه‌کشی و جدول زمان‌بندی مبتنی بر دل‌بستگی چطور می‌تواند به ارتقای مهارت شما در صورت‌بندی موردی کمک کند (تمرین ۲-۱)

### سن‌جش بین‌نسلی و ژنوگرام‌های متمرکز بر دل‌بستگی

سن‌جش بین‌نسلی<sup>۱</sup> رویکردی سیستمی، دیالکتیک، و یکپارچه برای سن‌جش و درمان است. رویکرد دیالکتیک روشی منطقی را برای طراحی فرآیندهای تغییر ارائه می‌دهد؛ فرآیندهای راجع به رشد و روابط انسانی و فرآیند مفهومی دیالکتیک که امکان درک روابط پویای درون سیستم را فراهم می‌کند (دی‌ماریا، ویکس، و تویست، ۲۰۱۷). بالینگران از طریق تفکر دیالکتیک می‌توانند هم‌زمان سیستم فردی و بین‌نسلی خانواده را در ذهن داشته باشند. این روش برای مفهوم‌پردازی موردی حتی برای پیچیده‌ترین سیستم‌درمان‌جوهای چندنفره نیز مؤثر است.

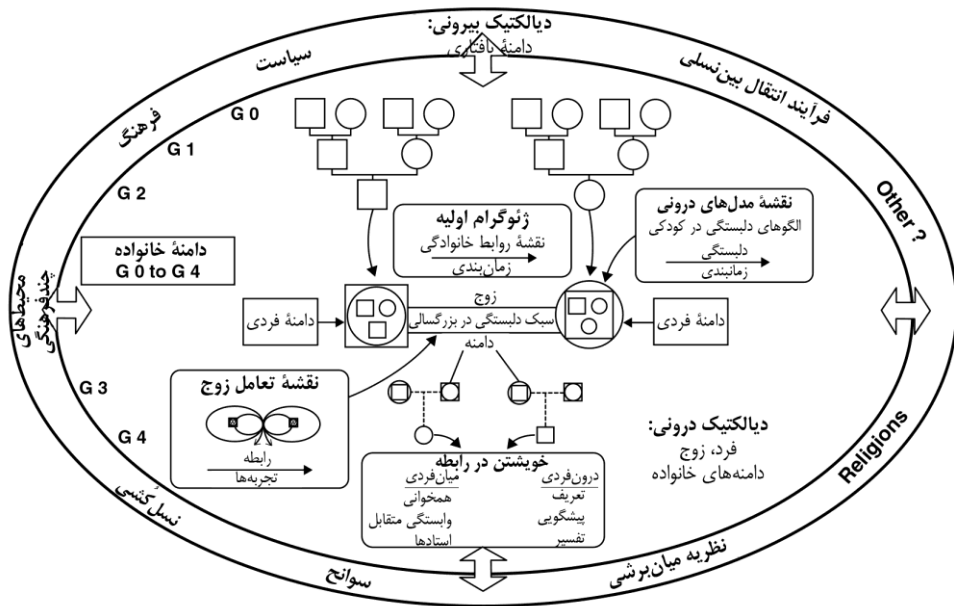
ژنوگرام‌های متمرکز شالوده‌ای چندبُعدی و مبتنی بر دل‌بستگی ارائه می‌دهند که امکان تفکر منسجم را در چهار حیطه سن‌جش بین‌نسلی فراهم می‌کند. این چهار حیطه (فرد، زوج، خانواده، و بافت) جو اجتماعی فرهنگی، و جغرافیایی سیاسی سیستم‌درمان‌جو را در بر می‌گیرند. در کتاب ژنوگرام‌های متمرکز<sup>۲</sup>، مجموعه‌ای نوین از ژنوگرام‌های متمرکز را تدوین کرده‌ایم که ابزارهای مفیدی را به دست بالینگران می‌دهند. این ابزارها شامل نقشه‌کشی و جدول زمان‌بندی است که در نظریه دل‌بستگی گنجانده شده‌اند. این ابزارهای ژنوگرام متمرکز (یعنی خود ژنوگرام‌های متمرکز، نقشه‌ها، و جدول زمان‌بندی) به درمانگر کمک می‌کنند چهار حیطه سن‌جش بین‌نسلی را یکپارچه کرده و سیستم‌درمان‌جو را مفهوم‌پردازی همه‌جانبه کند. این کتاب کار شامل کاربست و اجرای ابزارهای نقشه‌کشی و جدول



زمان بندی است. همچنین از هر دو ویرایش کتاب ژنوگرام های متمرکز (دی ماریا، ویکس، و هاف، ۱۹۹۹؛ دی ماریا و همکاران، ۲۰۱۷) دایره المعارفی از سؤالات ژنوگرام متمرکز تدوین کرده ایم که همزمان با کاوش ژنوگرام های متمرکز، در سنجش درمانجویان دست گیرتان می شود.

نظریه دلبستگی طوری در هر حیطة گنجانده شده که اصطلاحات دلبستگی را در درون همان حیطة به تصویر می کشد. مثلاً در حیطة فردی تجربه های دلبستگی را در کودکی واکاوی کرده و الگوهای دلبستگی ایمن، اضطرابی-اجتنابی، اضطرابی-دوسوگرا، و نابسامان را نام می بریم. حیطة های سنجش بزرگسالی و خانواده/ بین نسلی نیز به همین صورت فهرست شده اند. ساختار تعاملی خود در یک ارتباط بخش اصلی فرانظریه دیالکتیک و سنجش بین نسلی است و شامل مؤلفه های درون روانی خود و مؤلفه های بین فردی با دیگران است. حیطة آخر (بیرونی یا چهارم) بافت است. این حیطة مؤلفه های فرهنگی، مذهبی، سیاسی، و طبیعی را در بر می گیرد.

شکل ۱-۱ دیالکتیک های درونی و بیرونی تمام حیطة ها، یعنی نقشه های ژنوگرام متمرکز و جدول های زمان بندی، و چهار نسل (از G0 تا G4) را نشان می دهد که نمایانگر انتقال بین نسلی پیوندهای دلبستگی در این رویکرد جامع هستند. دیالکتیک بیرونی، مرزی را دور سیستم بین نسلی خانواده کشیده و ابعاد متعدد حیطة بافت را در خود جای داده است.



شکل ۱-۱. سنجش بین نسلی و انتقال بین نسلی پیوندهای دلبستگی

بالینگران می‌توانند در ژنوگرام متمرکز برای هریک از چهار حیطه نقشه‌ها و جدول‌های زمان‌بندی را طراحی کنند. حیطه فردی با استفاده از نقشه مدل‌های درونی<sup>۱</sup> نقشه الگوهای دلبستگی کودک با مظاهر دلبستگی (والدین) را ترسیم می‌کند.

حیطه زوجی از نقشه تعامل‌های زوج<sup>۲</sup> استفاده می‌کند که راهنمای شناسایی الگوهای تعاملی سبک دلبستگی بزرگسالان و سایر جنبه‌های تعامل‌های زوج است. نقشه روابط خانواده<sup>۳</sup> راهنمایی برای کاوش پویایی‌های مبتنی بر دلبستگی در خانواده اصلی از منظر دلبستگی ارائه می‌کند. بوم‌نگار پیوندهای اجتماعی<sup>۴</sup> هم پیوندهای اجتماعی درون و میان تمام حیطه‌ها را کاوش می‌کند.

برای ردیابی رویدادهایی که در هر حیطه رخ داده و بر مشکل کنونی اثر می‌گذارد، هر نقشه را با یک جدول زمان‌بندی آورده‌ایم.



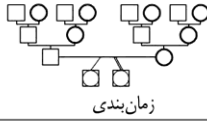

برای تمام حیطه‌های سنجش بین‌نسلی در کنار نقشه‌ها جدول‌های زمان‌بندی را نیز آورده‌ایم. جدول‌های زمان‌بندی، علاوه بر غنی کردن نقشه‌کشی ارتباطی، رویدادهای زندگی و اطلاعات تکاملی را روی طیف نشان می‌دهند. هدف این جدول‌های زمان‌بندی به این شرح است:

- کاوش تجربه‌های دلبستگی در کودکی و مشکلات، سوءاستفاده، یا بحران‌های رشدی.
- الگوهای بین‌نسلی انصاف و استحقاق که بر دلبستگی ایمن/ نایمن در افراد، زوج‌ها، و خانواده‌ها اثر می‌گذارند.
- تجربه روابط صمیمانه در نوجوانی، جوانی، و بزرگسالی.
- بحران‌ها، تراژدی‌ها، و خشونت خانگی در طول چرخه زندگی فرد/ زوج/ خانواده.
- اثرات بافتی و اجتماعی چندنسلی روی افراد و خانواده‌ها.

جدول‌های زمان‌بندی ابزار مهمی برای فهم درمانجو، بازخوردها، شفاف‌سازی تجربه‌های زندگی، روابط، و اطلاعات بافتی هستند و دست درمانگر یا کارآموز را در تشخیص و برنامه‌ریزی برای درمان می‌گیرند.

جدول ۱-۱ نقشه ژنوگرام متمرکز را نشان می‌دهد که چارچوبی مفهومی برای کاربست ابزارهای ژنوگرام متمرکز در صورت‌بندی موردی حین سنجش بین‌نسلی است. ابزارهای مبتنی بر دلبستگی در هر حیطه شامل ابزارهای نقشه‌کشی و جدول زمان‌بندی می‌شوند.

جدول ۱-۱. نقشه ژنوگرام متمرکز

| نقشه‌ها و جدول‌های زمان‌بندی   | نقشه‌ها | حیطه‌ها  |
|--|---------|----------|
| <br>زمان‌بندی دلبستگی<br>تجربه‌ها   | IMM     | فردی     |
| <br>زمان‌بندی رابطه<br>تجربه‌ها   | CIM     | زوجی     |
| <br>زمان‌بندی خانواده<br>تجربه‌ها   | FCM     | بین‌نسلی |
| <br>روابط نزدیک<br>نهادها<br>دامنه‌ها<br>تغییرات محیطی در طول زمان<br>فرهنگ | SBE     | بافتی    |

تمرین ۱-۱. کاربرد نقشه ژنوگرام متمرکز



دستورالعمل: پس از مرور سنجش بین‌نسلی و انتقال بین‌نسلی پیوندهای دلبستگی (شکل ۱-۱) و نقشه ژنوگرام متمرکز (جدول ۱-۱)، فضای خالی پایین شامل چهار حیطه (فردی، زوجی، بین‌نسلی/خانوادگی، و بافتی) را کامل کنید. سپس با استفاده از دو تیر دیگر، نقشه‌های ژنوگرام متمرکز مبتنی بر دلبستگی و جدول زمان‌بندی متعلق به هر حیطه را فهرست کنید.

| حیطه | نقشه | جدول زمان‌بندی |
|------|------|----------------|
|      |      |                |
|      |      |                |
|      |      |                |
|      |      |                |

## بسط و گسترش مهارت‌ها و دیدگاه بالینی شما

تفکر یکپارچه اصطلاحی است که کاربست آن رایج‌تر از دیالکتیک‌ها است و تفکر سیستمی را نیز در خود جای می‌دهد. سنجش بین‌نسلی رویکرد یکپارچه مهمی است که بیش از ۳۵ سال تحول و تکامل پیدا کرده است. سنجش بین‌نسلی فرانظریه‌ای دیالکتیک با دو سازه یکپارچه است: نظریه دلبستگی و نظریه تعاملی. این سازه‌ها رویکردی سیستمی برای سنجش و مداخله به متخصصان می‌دهند. در نتیجه می‌آموزید به شکلی یکپارچه به درمانجو فکر کنید و این کار توانایی شما را در برقراری ارتباط با اعضای سیستم-درمانجو افزایش می‌دهد. کالیو (۲۰۱۱) معتقد است استفاده از اصطلاح تفکر یکپارچه تکامل بالقوه رشد شناختی بزرگسالان را نشان می‌دهد. ایده‌های سیگل (۲۰۰۴) درباره تکامل پیچیدگی مغز انسان با بالا رفتن سن و انعطاف‌پذیری مغز سالم از این نظریه کالیو حمایت می‌کند. به‌علاوه، هیل (۲۰۱۵) باور دارد هدف التیام درمانی ذهن و بدن یکپارچه است؛ بنابراین، متخصصانی که توجه خود را به روند سنجش سیستمی معطوف می‌کنند نیز در جهت تفکر یکپارچه گام می‌نهند، که بعدها در طول زمان خردمندی را پیشکش این متخصصان کار بالینی می‌کند. هرچند، بحث درباره ظرفیت تفکر یکپارچه بزرگسالان فراتر از حوصله این کتاب است. درمانگرانی که پیوسته مشغول سنجش بین‌نسلی و ژنوگرام متمرکز و شبکه‌های مرتبط با آنها هستند، می‌توانند رابطه درمانی را با افراد، زوج‌ها، خانواده‌ها، و جوامع تعمیم دهند.

به باور ما ابزارهای ژنوگرام متمرکز (ژنوگرام‌های متمرکز، نقشه‌ها، و جدول‌های زمان‌بندی) به رشد توانایی متخصص در مفهوم‌پردازی سیستمی سیستم-درمانجو کمک می‌کنند. ویژگی شاخص تفکر سیستمی توانایی حفظ چهار حیطه در ذهن و بررسی پیچیدگی تضادها و تناقض‌هایی است که بین افراد درگیر در سیستم‌های ارتباطی گوناگون وجود دارد. معرفی نقشه ذهنی بالینی (فصل دو) از راهبردها و راهکارهایی که درمانگر برمی‌گزیند و در عمل به کار می‌بندد، مفهوم بصری ارائه می‌دهد. در این صورت چون درمانگر رویکردی همه‌جانبه و جامع به مشکل سیستم-درمانجو دارد، احتمال برقراری ارتباط درمانجو با درمان و اعتماد به آن بیشتر می‌شود.

جدول ۱-۲ اصطلاحات دلبستگی و ابزار ژنوگرام متمرکز مرتبط با هر حیطه سنجش بین‌نسلی را نشان می‌دهد. مثلاً در حیطه فردی برای نمایش الگوهای دلبستگی کودک با والدین از نقشه مدل‌های درونی استفاده می‌کنند.