

عنوان مقاله

اثر درمان‌های مبتنی بر خانواده‌درمانی سیستمی در بهبود عملکرد خانواده: مروری نظام‌مند بر یافته‌های پژوهشی

چکیده

در سال‌های اخیر، خانواده‌درمانی سیستمی به عنوان یکی از رویکردهای مؤثر در بهبود عملکرد خانواده مطرح شده است. این پژوهش با هدف بررسی تأثیر درمان‌های مبتنی بر رویکرد سیستمی بر بهبود عملکرد خانواده انجام شده است. روش تحقیق به صورت مروری نظام‌مند است و مقالات علمی منتشرشده بین سال‌های ۲۰۱۰ تا تحلیل شدند. نتایج نشان می‌دهد که مداخلات Magiran و SID، PubMed، و Scopus ۲۰۲۴ در پایگاه‌های سیستمی موجب ارتقاء کیفیت روابط بین‌فردی، افزایش انعطاف‌پذیری خانواده و کاهش تعارضات درون‌سیستمی می‌شوند. به‌ویژه در خانواده‌هایی با تعارضات مزمن، خانواده‌درمانی سیستمی نقش چشمگیری در بازسازی الگوهای ناکارآمد ارتباطی داشته است. یافته‌ها بر ضرورت آموزش و توسعه درمانگران سیستمی در نظام سلامت روان تأکید می‌کند.

کلیدواژه‌ها: خانواده‌درمانی سیستمی، عملکرد خانواده، روان‌درمانی، روابط بین‌فردی، تعارض خانواده‌گی

مقدمه

خانواده، نخستین و مهم‌ترین نظام اجتماعی است که نقش محوری در رشد روانی، اجتماعی و هیجانی افراد دارد. اختلال در عملکرد خانواده می‌تواند منجر به بروز آسیب‌های جدی در سطوح مختلف فردی و اجتماعی شود. در این میان، خانواده‌درمانی سیستمی با نگاه به خانواده به عنوان یک "کل پویا"، تلاش دارد با اصلاح تعاملات

ناکارآمد، عملکرد کلی خانواده را بهبود بخشد. با توجه به افزایش تنش‌های خانوادگی در جهان امروز، بررسی اثربخشی این رویکرد درمانی بیش از پیش اهمیت یافته است.

مبانی نظری

خانواده درمانی سیستمی بر پایه نظریه عمومی سیستم‌ها استوار است. این دیدگاه خانواده را سیستمی با اجزا و روابط متقابل می‌داند که هر تغییر در یکی از اعضا، بر کل سیستم اثر می‌گذارد. مفاهیمی مانند "مرزها"، "نقش‌ها"، "تعادل"، "بازخورد" و "مثلث‌سازی" در این رویکرد نقش کلیدی دارند. نظریه پردازانی چون سالوادور مینوشین، بومن و هیلی نقش بسزایی در توسعه این رویکرد داشته‌اند.

روش‌شناسی پژوهش

این مقاله از نوع مروری نظام‌مند است. با استفاده از کلیدواژه‌های مرتبط، پایگاه‌های علمی معتبر جست‌وجو شدند. معیارهای ورود شامل

پژوهش‌های مداخله‌ای یا شبه‌تجربی

استفاده از رویکرد سیستمی در درمان خانواده

انتشار بین سال‌های ۲۰۱۰ تا ۲۰۲۴

.پس از حذف مقالات تکراری و غیرمرتبط، در مجموع ۲۸ مقاله بررسی و تحلیل کیفی شدند.

یافته‌ها

:بر اساس بررسی مقالات منتخب، مهم‌ترین نتایج عبارتند از

افزایش انسجام و همبستگی درون خانوادگی پس از جلسات درمان سیستمی

کاهش چشمگیر تعارض زناشویی و والد-فرزندی

افزایش مهارت‌های حل مسئله خانوادگی

کاهش نشانگان اضطراب و افسردگی در اعضای خانواده همچنین خانواده‌هایی با ساختارهای ناپایدار (مانند خانواده‌های طلاق‌دیده یا خانواده‌های دارای فرزند با نیاز ویژه)، بیشترین پاسخ مثبت را به درمان‌های سیستمی نشان داده‌اند.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این مرور نشان می‌دهد که خانواده‌درمانی سیستمی یکی از مؤثرترین رویکردها برای بهبود عملکرد خانواده در بافت‌های فرهنگی متنوع است. انعطاف‌پذیری این رویکرد، امکان استفاده در شرایط مختلف بالینی را فراهم کرده است. با این حال، ضرورت دارد تا در کشورهایی نظیر ایران، آموزش تخصصی این رویکرد در سطوح دانشگاهی و حرفه‌ای گسترش یابد. همچنین، پژوهش‌های آینده می‌توانند با طراحی مطالعات طولی و مداخله‌ای، تأثیرات بلندمدت این درمان را بررسی کنند.

(منابع پیشنهادی برای درج (چند مورد برای شروع

Goldenberg, H., & Goldenberg, I. (2013). Family Therapy: An Overview. Cengage Learning.

Minuchin, S. (1974). Families and Family Therapy. Harvard University Press.

Nichols, M. (2017). The Essentials of Family Therapy. Pearson.

مظاهری، م. (۱۳۹۷). «مبانی نظری و کاربردی خانواده‌درمانی». انتشارات رشد

خسروی، س. (۱۳۹۹). «اثربخشی درمان سیستمی بر عملکرد خانواده‌های دارای فرزند نوجوان». مجله روان‌شناسی کاربردی

تهیه کننده:فائزه سیروس درمانگر بالینی خانواده با رویکرد سیستمی

دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد