

۹۸/۱/۱۳
۲۰۴/۱۸۸۸

هو العليم

از دواج بدون طلاق

سید شریفی فرد

shariffafard8@gmail.com

دکتر مینا روجردی

دکتر الناز عطاران

مہتاب شصت فولادی

بامقدمه

دکتر نیلوفر میکایلی

استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

ویراستار ادبی

شهرزاد موسوی



عنوان و نام پدیدآور: ازدواج بدون طلاق/مولفان سیدعلی شریفی فرد... (و دیگران).

مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۲۸۸ ص؛ ۵/۱۴×۵/۲۱ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۲۳۶-۰

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: مولفان سیدعلی شریفی فرد، مینا بروجردی، الناز عطاران، مهتاب شصت فولادی.

موضوع: زناشویی

Marriage: موضوع

موضوع: زناشویی -- ارتباط

Communication in marriage: موضوع

موضوع: روابط زن و مرد

Man-woman relationships: موضوع

شماره افزوده: شریفی فرد، سیدعلی، ۱۳۸ -

شماره بندی کنگره: HQ۷۴۳

ردیف بندی دیویی: ۳۰۶/۸۱

شماره کتابخانه ملی: ۵۷۳۸۳۱۶

عنوان: ازدواج بدون طلاق

نویسنده: سید علی شریفی فرد - مینا بروجردی

دکتر الناز عطاران - مهتاب شصت فولادی

صفحه آرا: فرزانه هاشملو

مدیر تولید: داریوش سازمند

ناشر: دانژه قیمت: ۴۵۰۰۰ تومان

لیتوگرافی، چاپ و صحافی: شریف

شمارگان: ۵۵۰ نسخه / قطع: رقعی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۲۳۶-۰

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

تهران: خیابان استاد مطهری - خیابان سلیمان خاطر (امیر اتابک) - کوچه اسلامی - شماره ۴/۲

کد پستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۳۱ | تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۱۲۰۸۲ | تلفکس: ۸۸۸۴۲۵۴۳

تلفن دفتر پخش: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ | فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	قدردانی
۱۳	فصل اول : کلیات
۱۳	مقدمه
۱۵	اهمیت ازدواج سالم
۱۷	رضایت زناشویی
۲۱	افزایش طلاق یک زنگ خطر!
۲۳	علل و انگیزه‌های طلاق
۲۶	فرزندان طلاق
۲۷	پیامدهای طلاق
۲۸	عواملی که موجب افزایش احتمال وقوع طلاق می‌شوند
۲۹	عواملی که موجب کاهش احتمال وقوع طلاق می‌شوند
۳۱	فصل دوم : روابط و الگوها
۳۲	رابطه‌ی انسانی رضایت‌بخش
۳۴	چهار الگوی ارتباطی
۳۴	چهار الگوی ارتباطی و ویژگی‌های شخصیتی
۳۵	ویژگی‌های رفتاری چهار الگوی ارتباطی (به صورت تطبیقی)
۳۸	پنج مهارت مهم ارتباطی
۴۳	ویژگی‌های مهارت‌های ارتباطی
۴۴	اثربخشی مهارت‌های ارتباطی

۴۶..... دوازده سد ارتباطی

۴۸..... مهارت‌های زندگی

۵۳..... فصل سوم : تفاوت‌های جنسیتی

۵۴..... تفاوت‌های جنسیتی

۶۰..... مردان مریخی، زنان ونوسی

۶۳..... نقش در جنسیتی روان‌شناختی

۶۵..... تفاوت‌های جنسیتی در رفتار جنسی

۶۹..... فصل چهارم : دلبستگی

۶۹..... دلبستگی

۷۲..... انواع دلبستگی

۷۶..... آسیب‌شناسی روانی و دلبستگی

۷۸..... سازگاری اجتماعی و دلبستگی

۸۱..... روابط عاشقانه و دلبستگی

۸۳..... تعهد زناشویی و دلبستگی

۸۶..... رضایت زناشویی و دلبستگی

۸۸..... میل جنسی و دلبستگی

۹۳..... فصل پنجم : شخصیت

۹۳..... شخصیت

۹۶..... صفات شخصیتی و روابط زناشویی

۱۰۰..... تیپ‌های شخصیتی

۱۰۲..... اختلال شخصیت و ازدواج نامناسب

۱۰۷..... فصل ششم : هوش هیجانی

۱۰۷..... هوش هیجانی

۱۰۹	هوش هیجانی و رضایت زناشویی
۱۱۴	خودآگاهی
۱۱۵	اهمیت و ضرورت مهارت خودآگاهی
۱۱۷	همدلی
۱۱۸	تعارض
۱۲۱	سبک‌های حل تعارض
۱۲۱	سبک‌های غیرمؤثر
۱۲۲	سبک رنر
۱۲۳	اهمیت حل مسئله
۱۲۵	فصل هفتم: آشنایی
۱۲۵	مقدمه
۱۲۸	فواید آشنایی
۱۳۰	محدودیت‌های آشنایی
۱۳۱	ده اشتباه در فرایند آشنایی
۱۴۱	فصل هشتم: دوست داشتن و حساسیت بین فردی
۱۴۲	شباهت و جاذبه
۱۴۴	جاذبه‌ی بدنی
۱۴۶	دوست داشتن و احساس ارزشمندی
۱۴۹	متضادها گاهی یکدیگر را جذب می‌کنند
۱۵۲	روابط مبادله‌ای و روابط تعاونی
۱۵۲	صداقت، خودافشایی و دوست داشتن
۱۵۷	فصل نهم: عشق و ناهشیار
۱۵۷	تعریف عشق
۱۵۸	عشق داستان است

۱۶۴	چند نظریه‌ی دیگر
۱۶۷	بازگشت به خانه یا فرار از خانه
۱۷۰	تأثیر روابط موضوعی بر انتخاب عشقی
۱۷۳	انتخاب عشقی و تکمیل کار ناتمام کودکی
۱۷۷	شناخت و هیجان در افراد عاشق
۱۷۹	ویژگی‌های فرد عاشق
۱۸۰	افسانه‌های درباره‌ی عشق
۱۸۱	افسانه‌ی ۱: عشق حقیقی بر همه‌ی مشکلات غلبه خواهد کرد.
۱۸۲	افسانه‌ی ۲: مسیر ازاله‌ی همه‌ی نیازهای ما را درک و برآورده می‌سازد.
۱۸۳	افسانه‌ی ۳: جاذبه‌ی جنسی همان عشق است.
۱۸۵	فصل دهم: انتخاب گاهان
۱۸۶	آیا ازدواج ساده است؟
۱۸۷	آیا عشق کافی است؟
۱۸۸	تا چه حد به مسائل ظاهری توجه کنیم
۱۸۹	دلایل درست و نادرست ازدواج
۱۹۵	افرادی که برای ازدواج مناسب نیستند
۲۰۴	افرادی که برای ازدواج با یکدیگر مناسب نیستند
۲۰۴	۱- تفاوت سنی زیاد با یکدیگر
۲۰۶	۲- تفاوت دینی یا مذهبی با یکدیگر
۲۰۶	۳- تفاوت‌های اجتماعی، قومی و تحصیلی با یکدیگر
۲۰۷	۴- دختر دادن و دختر گرفتن از یک خانواده
۲۰۷	۵- افرادی که از یکدیگر دور هستند
۲۰۸	ده نوع رابطه که سرانجامی نخواهند داشت
۲۰۹	علائم هشداردهنده‌ی ازدواج
۲۱۰	معیارهای ازدواج موفق
۲۱۳	پیش‌بینی کننده‌های ازدواج موفق

۲۱۶ تفاهم و سازگاری

۲۱۹ فصل یازدهم : ازدواج سالم

۲۲۰ ازدواج سالم چیست؟

۲۲۰ فرض‌های کلیدی

۲۲۲ ازدواج سالم، مقدمات در مقابل مفهوم

۲۲۶ ازدواج سالم، پیامدها در برابر مفهوم

۲۲۷ عناصر ازدواج سالم

۲۳۲ نه کلید برای ازدواج شاد و موفقیت‌آمیز

۲۳۷ فصل دوازدهم : رضایت جنسی

۲۳۸ مفاهیم مهم جنسی

۲۴۱ رضایت جنسی و رضایت نسبی

۲۴۷ اهمیت آموزش جنسی

۲۵۳ انتخاب و تمایلات جنسی

۲۵۵ پیوست

۲۵۵ راهنمای ازدواج

۲۶۳ منابع

۲۸۵ موضوع نما

مقدمه

بنام حضرت دوست

قدمت عشق و دلدادگی شاید به طول تاریخ بشریت است. در طول سال‌ها و قرن‌ها محوای جذبات‌ترین قصه‌ها، داستان‌ها، شعرها، به نوعی با دل سپردن و دل گرفتن درآمیخته است. گویی که این موضوع جذبه‌ای سحرانگیز و پایان‌نا یافتنی برای آدم‌ها دارد و این همه بی حکمت نیست که خداوند حکیم از نشانه‌های قدسش، مهر و مودتی می‌داند که بین زن و مرد قرار داده است.^۱

عشق و دلدادگی در اصولی‌ترین، قانونمندترین، و پذیرفته‌ترین شکل خود در چهارچوب یک ازدواج سالم و موفق ظاهر می‌شود. و شاید از این روست که علی‌رغم همه تغییرات سریع اجتماعی، نگرانی‌های جنسیتی و بازتعریف‌هایی که در مورد کارکردهای خانوادگی صورت گرفته هنوز هم تقریباً در سرتاسر جهان انسان‌ها گرایش و اقبال ویژه‌ای به ازدواج نشان می‌دهند.

اینک در قرن بیست و یکم بیش از هر زمان دیگری بهره‌مندی از یک ازدواج سالم و پایدار دشوار می‌نماید. افزایش روزافزون آمار طلاق،

جدایی و طلاق عاطفی، متخصصان این رشته را به تکاپو انداخته که واقعا راز یک ازدواج موفق چیست؟ چطور می‌توان از طلاق پیشگیری کرد؟ چگونه می‌توان به انسان‌ها برای داشتن یک زندگی زناشویی شاد و رضایت بخش کمک کرد؟

خوشبختانه در سال‌های اخیر کتاب‌های زیادی در این زمینه نوشته شده است. کتاب پیش رو نیز یکی از این کتاب‌هاست که به همت مؤلفین مستعد و خوش ذوق روان‌شناسی تالیف و تدوین شده است. این کتاب با نثری ساده و روان از مهارت‌های لازم برای ازدواج سخن می‌گوید. الگوهای ارتباطی و چگونگی برقراری ارتباط موثر با همسر، تفاوت‌های زن و مرد، خشم و هیولان، دلبستگی و همدلی، عشق و جاذبه بین فردی و راه‌های پیشگیری از طلاق از موضوعاتی هستند که در این کتاب مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

امیدوارم کتاب حاضر علاوه بر اینکه بتواند گره‌گشای مشکلات زوج‌های جوان بوده و آنان را برای رسیدن به یک زندگی زناشویی پربار، شاد و رضایت بخش یاری رساند، انگیزه‌بخش مشوقی برای دانشجویان و دانش‌آموختگان رشته‌های روان‌شناسی و مشاوره در جهت پرداختن به مسایل و مشکلات اجتماعی باشد.

دکتر نیلوفر میکائیلی

استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

اردبیل / مشاور و درمانگر خانواده