

تأثیر ایماگو تراپی بر سازگاری زناشویی

اسماء تازی، صمیمت، دل‌زدگی زناشویی، و روابط جنسی

وُلَفین:

میرا رضیہ عرب

سحر خانی

زہرا میر سلیمانی

انتشارات آپریس

۱۳۹۸

سرشناسه	:	رضایی عرب، میترا، ۱۳۶۷ -
عنوان و نام پدیدآور	:	تأثیر ایماگو تراپی بر سازگاری زناشویی (سازگاری، صمیمت، دل‌زدگی زناشویی، و روابط جنسی) / مولفین میترا رضایی عرب، سحر خانی، زهرا میرسلیمانی.
مشخصات نشر	:	تهران: آپریس، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	:	۱۴۹ ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۲۲-۶۶۰۱-۲۰-۷
وضعیت فهرست نویسی	:	فیا
موضوع	:	تصویرسازی ارتباطی
موضوع	:	Imago relationship therapy
موضوع	:	زناشویی -- روان‌درمانی
موضوع	:	Marital psychotherapy
موضوع	:	زناشویی -- ارتباط -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	:	Communication in marriage -- Psychological aspects
موضوع	:	زوج درمانی
موضوع	:	Couples therapy
شناسه افزوده	:	میرسلیمانی زهرا، ۱۳۷۲ -
شناسه افزوده	:	خانی، سحر، ۱۳۷۱ -
رده بندی کنگره	:	RC۴۸۸/۵
رده بندی دیویی	:	۶۱۶/۸۹۱۵۶
شماره کتابشناسی ملی	:	۵۶۹۰۸۱۵

نایب ایماکوپر اپی بر سازگاری زناشویی
(سازگاری، سلامت، دازدگ زناشویی، و روابط جنسی)

میترا رضایی عرب، سحر خانی، زهرا میرسلیمانی

آپریس

۱۰۰۰ نسخه

اول ۱۳۹۸

۲۲۰ تومان

که نویسنده

که ناشر

که شمارگان

که نوبت چاپ

که قیمت

ISBN: 978-622-6601-20-7



تلفن مرکز پخش: ۰۲۱۲۲۶۴۵۱۹۶

وب سایت: aprisbook.com

فهرست مطالب

پیشگفتار مؤلفین.....	۹
فصل اول: زیات مفاریم.....	۱۱
فصل دوم: ایماگوتراپی.....	۱۹
ایماگو چیست؟.....	۱۹
ایماگوتراپی چیست؟.....	۲۰
تاریخچه رابطه درمانی ایماگو.....	۲۲
هدف ایماگوتراپی.....	۲۳
نظریه آسیب‌شناسی روانی.....	۲۶
مرحله شیفتگی.....	۲۷
ایماگو و مغز.....	۲۸
کشمکش قدرت.....	۳۰
خود بلعیدگی.....	۳۱
فرایند گفتگوی آگاهانه: انعکاس، ارزیابی و همدردی.....	۳۳
موانع و محدودیت‌های رابطه درمانی تصویری.....	۳۴
پروتکل درمانی ایماگوتراپی.....	۳۵
شرح جلسات ایماگوتراپی.....	۳۸
جلسه اول.....	۳۸

۳۹.....	جلسه دوم.....
۴۱.....	جلسه سوم.....
۴۳.....	جلسه چهارم.....
۴۶.....	جلسه پنجم.....
۵۱.....	جلسه ششم.....
۵۴.....	جلسه هشتم.....

۵۵..... فصل سوم: ایماگوتراپی و سازگاری زناشویی

۵۵.....	مفهوم سازگاری.....
۵۶.....	فرایند سازگاری.....
۵۷.....	سازگاری زناشویی.....
۵۹.....	روش‌های شکل سازگاری.....
۶۱.....	خصوصیات برجسته سازگار.....
۶۲.....	علت ناسازگاری زن و شوهرها.....
۶۲.....	سازگاری و ناسازگاری در خانواده ایلی.....
۶۳.....	عیب‌جویی.....
۶۵.....	عصبانیت و غرور.....
۶۶.....	خودپرتربینی.....
۶۷.....	تأثیر ایماگوتراپی بر سازگاری زناشویی.....

۷۱..... فصل چهارم: ایماگوتراپی و کیفیت زندگی

۷۱.....	کیفیت زندگی.....
۷۳.....	مفهوم کیفیت زندگی.....
۷۴.....	تعاریف کیفیت زندگی.....
۷۶.....	ابعاد کیفیت زندگی.....
۷۹.....	چگونگی رسیدن به کیفیت زندگی مطلوب.....
۸۰.....	تأثیر ایماگوتراپی بر افزایش کیفیت زندگی.....

فصل پنجم: ایماگوترابی و صمیمیت زناشویی..... ۸۳

مفهوم صمیمیت زناشویی..... ۸۳

آسیب‌های رابطه و صمیمیت زناشویی..... ۸۷

ویژگی‌های رابطه صمیمانه..... ۸۹

عوامل مؤثر بر صمیمیت زناشویی..... ۹۱

عوامل اجتماعی..... ۹۱

عوامل روان‌شناختی..... ۹۲

عوامل بی‌حری مؤثر بر صمیمیت..... ۹۵

اعتدال‌دسانی در رابطه..... ۹۶

متعادل کردن نیاز..... ۹۷

تطبیق یافتن با تفاوت‌های همدیگر..... ۹۷

تحمل و مدارا کردن با همسر..... ۹۸

عوامل کلی افزایش‌دهنده صمیمیت زناشویی..... ۹۹

پایه‌های صمیمیت زناشویی..... ۹۹

موانع ایجاد صمیمیت زناشویی..... ۱۰۰

تأثیر ایماگوترابی بر صمیمیت زناشویی..... ۱۰۲

فصل ششم: ایماگوترابی و رضایت از زندگی..... ۱۰۵

رضایت از زندگی..... ۱۰۵

ویژگی‌های افراد رضایتمند از زندگی..... ۱۰۶

نظریه‌های رضایت از زندگی..... ۱۰۷

رضایت از زندگی به‌عنوان شاخص اجتماعی..... ۱۰۸

رضایت از زندگی به‌مثابه یک سازه..... ۱۰۹

رضایت از زندگی و سلامت روانی..... ۱۰۹

رضایت از زندگی شکست عشقی..... ۱۱۱

تأثیر ایماگوترابی بر رضایت از زندگی..... ۱۱۵

۱۱۷.....	فصل هفتم: ایماگو تراپی و روابط جنسی زناشویی
۱۱۷.....	روابط جنسی
۱۲۲.....	عوامل تهدیدکننده روابط جنسی زوجین
۱۲۲.....	ناسازگاری زناشویی
۱۲۳.....	باورها و نگرش‌های نادرست
۱۲۴.....	اختلالات جنسی
۱۲۷.....	بیماری‌های جسمی و روانی
۱۲۸.....	همسر آزاری
۱۲۹.....	تأثیر ایماگو تراپی بر روابط جنسی زناشویی
۱۳۱.....	منابع

پیشگفتار مؤلفین

عشق و محبت بین زن و شوهر از ارکان اصلی نظام خانواده است. اما باگذشت زمان و سپری شدن شور و شوق دهان نخستین ازدواج، گاه این فکر به ذهن همسران می‌آید که بعد از چند سال زندگی میزان علاقه آنان نسبت به هم چقدر تغییر کرده است. با توجه به اهمیت خانواده در جامعه و تأثیر غیرقابل‌انکار آن بر افراد، تحقیق و پژوهش در موضوعات مربوط به خانواده، بسیار صورت گرفته است. همچنین باید اشاره کرد که در میان تحقیقات و تألیفات پرداخته‌شده به خانواده، آثار روان‌شناسان غربی نیز بسیار به چشم می‌خورد؛ چراکه اهمیت نهاد خانواده مسئله‌ای عام و برای تمام جوامع است. از طریق اصلاح روابط اعضای خانواده به‌خصوص همسران می‌توان بسیاری از مشکلات افراد و جامعه را مرتفع نمود. ازدواج موفق و رضایت‌مندانه مستلزم سطح پایداری از سازگاری زوج‌هاست. سازگاری زناشویی دارای ابعاد مختلفی است که تحت تأثیر عوامل گوناگون قرار می‌گیرد. چگونگی ساختار قدرت در خانواده،

نقش مهمی در رضایت زناشویی دارد. هرگاه زوجین قادر نباشند در مورد چگونگی توزیع قدرت به توافق برسند، سازگاری زناشویی تحت تأثیر قرار خواهد گرفت. در رابطه با زندگی زناشویی عواملی وجود دارد که شناخت و عمل به آن موجب سازگاری زن و مرد می‌شود.

با توجه به اهمیتی که سازگاری در زندگی زناشویی دارد مؤلفین در کتاب حاضر به دنبال تبیین و ارتقای آن با استفاده از رویکرد نوینی در روانشناسی خانواده هستند. رویکرد تصویرسازی ارتباطی (ایماگوترایی) ایماگوترایی بر تأثیر ناخودآگاه جاری که یکی بر انتخاب همسر و تمایل ناخودآگاه افراد برای التیام و تکمیل شخصی از طریق ارتباط تأکید می‌کند. تأکید عملی روی ارائه روش‌ها، فرآیند و مهارت‌های عملی برای کمک به زوجین برای ایجاد یک ازدواج آگاهانه است؛ بنابراین با استفاده از کمک درمانگر که در این رویکرد نقش یک تسهیل‌کننده را دارد می‌توانیم این جریان التیام را به‌پیش ببریم.

امید است که کتاب حاضر بتواند به روان‌شان، مان، مشاوران و بال‌اخص زوج درمانگران برای ارتقای سطح کیفی کارشان کمک نماید.

میترا رضایی عرب

۱۰۹۵ میر سلیمانی

سحر خانی

۱۳۹۸ اردیبهشت