



مجلس شورای اسلامی

کتاب جامع

ضایع جنسی همسران

عوامل و موانع

دکتر سید عباس موسوی
دکتر احمد امامی راد



سرشناسه
عنوان و نام پدیدآور : کتاب جامع رضایت جنسی همسران؛ عوامل و موانع / سیدعباس موسوی، احمد امامی راد.
مشخصات نشر : تهران؛ پژوهشکده باقرالعلوم (ع)، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری : ۵۲۰ ص.
شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۹۷-۰۳-۶
وضعیت فهرست نویسی : فیا
موضوع : زناشویی -- مسائل جنسی
Sex in marriage : موضوع
موضوع : زناشویی -- ارتباط
Communication in marriage : موضوع
موضوع : رفتار جنسی
Sex customs : موضوع
شناسه افزوده : امامی راد، احمد، ۱۳۵۹ -
شناسه افزوده : سازمان تبلیغات اسلامی - پژوهشکده باقرالعلوم (ع)
رد. بند : ۱۳۹۸ ک ۸ / HQ ۳۱
رد. ی دیویی : ۶۱۳/۹۶
رده کتابخانه‌ای ملی : ۵۶۶۰۲۲۵



عنوان: کتاب جامع رضایت جنسی، همسران، عوامل و موانع
تألیف: دکتر سیدعباس موسوی، دکتر احمد امامی راد
ناشر: پژوهشکده باقرالعلوم (ع)
ویراستار: القاسم عاشوری
مدیر تولید: سید عبدالعزیز بن العبادی
طراحی جلد: سید محمد کتاب
چاپ:
نوبت و سال چاپ:
شمارگان:
شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۹۷-۰۳-۶

مرکز پخش: قم، بلوار نیایش، جنب مصلی قدس، پژوهشکده باقرالعلوم (ع)

تلفن ۰۲۵-۳۷۸۳۷۳۰۸

خرید اینترنتی www.rbo.ir

www.rbo.ir

روزنامه اطلاع رسانی پژوهشکده باقرالعلوم (ع)

فهرست

۱۷.....	سخن پژوهشگر
۱۹.....	سخن مؤلفان

بخش اول: کلیات / ۲۱

۲۳.....	فصل اول: پیشینه و مفاهیم
۲۳.....	مقدمه
۲۳.....	پیشینه
۲۴.....	الف. پیشینه روان‌شناختی
۲۷.....	ب. پیشینه زیست‌شناختی
۳۴.....	ج. پیشینه جامعه‌شناختی
۳۷.....	د. پیشینه در منابع اسلامی
۴۰.....	ه. پیشینه چندبعدی
۴۲.....	مفاهیم
۴۲.....	جنس
۴۳.....	جنسیت
۴۵.....	تفاوت جنس و جنسیت
۴۶.....	رضایت

۴۷	رضایت جنسی
۴۹	فصل دوم: غریزه و رضایت جنسی از دیدگاه‌های مختلف
۴۹	الف. غریزه و رضایت جنسی از دیدگاه ادیان و مکاتب غیرتوحیدی
۵۰	یونان باستان
۵۱	مصر باستان
۵۳	آیین برهمنائی
۵۴	آیین بودایی
۵۶	اثوئسم و کنفوسیانیسم
۵۶	آیین مانو
۵۷	سنیسیسم
۵۸	آیین جایی
۵۹	عرفان‌های نوظهور
۱۶	جمع‌بندی عقاید ادیان غیرتوحیدی
۶۲	ب. غریزه و رضایت جنسی از دیدگاه ادیان توحیدی
۶۲	غریزه جنسی از دیدگاه یهودیت
۶۵	غریزه جنسی از دیدگاه مسیحیت
۶۹	غریزه جنسی از دیدگاه اسلام
۷۱	غریزه جنسی از دیدگاه آیات
۷۲	غریزه جنسی از دیدگاه روایات
۷۴	حکمت غریزه جنسی از دیدگاه اسلام
۷۴	ارضای غریزه جنسی از دیدگاه اسلام
۷۶	رابطه جنسی همسران از دیدگاه اسلام
۷۸	ج. سیر نظریه‌پردازی در مسائل جنسی
۸۱	د. نظریه‌های اندیشمندان درباره غریزه جنسی
۸۱	نظریه‌های اندیشمندان غربی
۸۱	نظریه فروید
۹۰	نظریه آدلر
۹۲	نظریه یونگ

۹۴	نظریه فروم
۹۸	نظریه هورنای
۱۰۲	نظریه های دیگر
۱۰۲	دیدگاه های برخی از اندیشمندان اسلامی
۱۰۲	علامه طباطبایی
۱۰۴	شهید مطهری
۱۰۷	فصل سوم: آثار رضایت جنسی همسران
۱۰۸	الف. آثار فردی
۱۰۸	آثار جسمانی
۱۰۹	آثار روانی
۱۰۹	۱. سلامت روان
۱۱۱	۲. شادمانی و رضایت
۱۱۳	۳. نگرش مثبت به رابطه
۱۱۲	۴. برقراری عشق دوسویه
۱۱۳	۵. تعدیل کننده ویژگی های شخصیتی
۱۱۳	۶. تقویت انگیزه جنسی
۱۱۳	۷. تقویت اعتماد به نفس و عزت نفس
۱۱۳	۸. کمک به درمان ناباروری
۱۱۴	ب. آثار جمعی و خانوادگی
۱۱۵	۱. رسیدن به تفاهم فکری
۱۱۶	۲. انعطاف پذیری عاطفی
۱۱۶	۳. ایجاد صمیمیت در روابط عاشقانه
۱۱۶	۴. ثبات، استواری و تداوم زندگی مشترک
۱۱۸	۵. رضایت مندی از زندگی
۱۱۹	۶. حفظ و تداوم رابطه جنسی
۱۲۰	۷. همدلی
۱۲۱	۸. تقویت کننده روابط حمایت کنندگی
۱۲۱	۹. ایجاد محبت و افزایش آن
۱۲۱	۱۰. وابستگی همسران

۱۱. افزایش تعداد آمیزش جنسی ۱۲۲
۱۲. افزایش کیفیت سطح زندگی ۱۲۲
۱۳. ارتقای مهارت‌های زندگی ۱۲۳
- خلاصه بخش اول ۱۲۳

بخش دوم: عوامل رضایت جنسی همسران / ۱۲۵

- فصل اول: عوامل شناختی رضایت جنسی همسران ۱۲۹
۱. شناخت شباهت‌ها و تفاوت‌های جنسی زنان و مردان ۱۲۹
- شباهت‌های جنسی ۱۳۰
- تفاوت‌های جنسی ۱۳۱
- تفاوت در بیان جنسی ۱۳۱
- تفاوت در بیان جنسی ۱۳۳
۲. شناخت هویت جنسی همسران ۱۳۶
۳. آگاهی از حقوق متقابل جنسی همسران ۱۳۸
- حقوق مشترک جنسی همسران ۱۳۹
- حقوق ویژه جنسی همسران ۱۴۰
- حقوق جنسی شوهر ۱۴۰
- حقوق جنسی زن ۱۴۱
۴. اصلاح باورهای نادرست جنسی ۱۴۳
۵. آموزش جنسی ۱۴۷
۶. انجام مشاوره جنسی ۱۵۲
۷. درک متقابل جنسی زن و شوهر ۱۵۴
- فصل دوم: عوامل عاطفی رضایت جنسی همسران ۱۵۷
۱. رضایت از زندگی ۱۵۸
۲. رضایت زناشویی ۱۵۹
۳. سازگاری زناشویی ۱۶۲
۴. دل‌بستگی زناشویی ۱۶۵
۵. ارتباط سالم عاطفی ۱۶۷

۱۷۰	ارتباط براساس گفتگو
۱۷۱	مهارت گوش دادن
۱۷۱	مهارت همدلی
۱۷۲	مهارت انتقاد کردن
۱۷۳	ارتباط محبت آمیز
۱۷۶	ارتباط محترمانه
۱۷۸	ارتباط صادقانه
۱۷۹	ارتباط براساس تفاهم
۱۸۰	ارتباط متعادلانه
۱۸۲	ارتباط عاشقانه
۱۸۵	ارتباط صمیمانه
۱۸۸	ارتباط بخشایش برانه
۱۹۱	ارتباط براساس موارد دیگر
۱۹۳	فصل سوم: عوامل رفتاری رضایت جنسی همسران
۱۹۳	۱. خوش رفتاری
۱۹۵	۲. آراستگی ظاهری
۱۹۶	آراستگی با پوشش
۱۹۸	آراستگی با آرایش
۲۰۰	۳. استفاده از بوی خوش
۲۰۴	۴. بهداشت جنسی
۲۰۸	۵. تمکین جنسی همسران
۲۱۲	۶. رعایت اعتدال در روابط جنسی
۲۱۳	۷. هماهنگی در آمیزش جنسی
۲۱۴	هماهنگی در ابراز میل جنسی
۲۱۵	هماهنگی در دفعات آمیزش جنسی
۲۱۷	هماهنگی در روش آمیزش جنسی
۲۱۸	هماهنگی در زمان و مکان آمیزش جنسی
۲۱۹	هماهنگی در موارد دیگر

۲۱۹.....	۸. رازداری جنسی همسران
۲۲۱.....	۹. حیا و عفت و ورزی همسران
۲۲۵.....	عفت و ورزی جنسی در اندیشه
۲۲۵.....	عفت و ورزی جنسی در گفتار
۲۲۶.....	عفت و ورزی جنسی در رفتار
۲۲۶.....	عفت و ورزی جنسی در پوشش
۲۲۸.....	عفت و ورزی جنسی در نگاه
۲۳۰.....	عفت و ورزی جنسی در خویشن داری جنسی
۲۳۱.....	وارد دیگر
۲۳۲.....	۱۰. خیرت و نیکوکاری
۲۳۴.....	۱۱. رعایت آداب آمیزش جنسی
۲۳۵.....	الف. آداب رفتاری آمیزش جنسی همسران
۲۳۵.....	زمان های حرام
۲۳۸.....	زمان های مکروه
۲۳۹.....	زمان های مستحب
۲۴۰.....	ب. آداب مکانی آمیزش جنسی همسران
۲۴۰.....	مکان های حرام از نظر اسلام
۲۴۱.....	مکان های مکروه
۲۴۲.....	ج. آداب رفتاری آمیزش جنسی همسران
۲۴۲.....	پیش قدمی زن برای آمیزش جنسی
۲۴۳.....	پیش نوازش های قبل از آمیزش
۲۴۶.....	غسل کردن بین دو احتلام
۲۴۶.....	وضو گرفتن قبل از آمیزش
۲۴۷.....	شروع رابطه جنسی با یاد خداوند
۲۴۷.....	خواندن دعا های خاص
۲۴۸.....	برهنه نبودن کامل هنگام آمیزش
۲۴۹.....	نگاه نکردن به آلت هنگام جماع
۲۴۹.....	صحبت نکردن هنگام جماع
۲۴۹.....	خالی بودن دست از انگشتی است که نام خداوند بر آن حک شده باشد

۲۵۰	 عزل نکردن مرد
۲۵۰	 ادرار کردن بعد از انزال و به تأخیر نینداختن غسل
.....	نخواندن قرآن با حالت جنابت، استفاده از دستمال‌های متفاوت و ایستاده جماع نکردن
۲۵۱	
۲۵۱	 دیگر موارد
۲۵۳	 فصل چهارم: عوامل طبیعی رضایت جنسی همسران
۲۵۳	 ۱. سلامتی و رضایت جنسی همسران
۲۵۴	 رابطه سلامت جسمی و رضایت جنسی همسران
۲۵۸	 رابطه سلامت روانی و رضایت جنسی همسران
۲۶۰	 رابطه سلامت جنسی و رضایت جنسی همسران
۲۶۳	 ۲. عملکرد جنسی و رضایت جنسی همسران
۲۶۴	 مرحله برانگیختگی جنسی
۲۶۵	 مرحله فلات
۲۶۵	 مرحله ارگاسم
۲۶۶	 مرحله فرونشینی
۲۶۸	 ۳. بارداری و رضایت جنسی همسران
۲۶۹	 ۴. عوامل دیگر
۲۶۹	 خلاصه بخش دوم

بخش سوم: موانع رضایت جنسی همسران ۲۷۱

۲۷۵	 فصل اول: موانع شناختی رضایت جنسی همسران
۲۷۵	 ۱. شناختن شباهت‌ها و تفاوت‌های جنسی زنان و مردان
۲۷۶	 ۲. نا آگاهی همسران از حقوق جنسی یکدیگر
۲۷۶	 ۳. نا آگاهی همسران از مسائل جنسی
۲۸۰	 ۴. درک جنسی نادرست همسران از هم
۲۸۲	 ۵. وجود اختلال در هویت جنسی همسران
۲۸۶	 ۶. باورهای ناصحیح جنسی همسران
۲۸۸	 ۷. برداشت‌های نادرست درباره مسائل جنسی

۲۸۹	۸. تصور و احساس گناه
۲۸۹	۹. ترسیدن از اندام تناسلی
۲۹۱	۱۰. داشتن تصویر نامطلوب ذهنی از بدن
۲۹۱	۱۱. کمال‌گرایی جنسی
۲۹۲	۱۲. تصور خطر و گناه در دوران بارداری و زایمان
۲۹۳	۱۳. وجود شرم و حیای جنسی
۲۹۷	فصل دوم: موانع عاطفی رضایت جنسی همسران
۲۹۷	۱. مارضه‌ی بی‌از زندگی
۲۹۷	اردواج اجبار
۲۹۸	آشفته‌گی‌های جنسی
۲۹۹	افزایش مدل زناشویی
۳۰۰	وضعیت اقتصادی نامطلوب
۳۰۲	وجود احساسات منفی
۳۰۳	عوامل دیگر
۳۰۳	۲. نارضایتی زناشویی
۳۰۵	۳. ناسازگاری زناشویی
۳۰۷	۴. تعارض‌های زناشویی
۳۰۹	۵. وجود مرگ عاطفی بین همسران
۳۱۰	۶. ارتباط ناسالم عاطفی
۳۱۱	سوء تفاهم
۳۱۱	بدگمانی بی‌جا
۳۱۲	خیانت جنسی
۳۱۴	دلزدگی
۳۱۵	سرخوردگی
۳۱۶	نگرانی
۳۱۷	نبود عشق
۳۱۸	نبود صمیمیت

۳۲۱.....	فصل سوم: موانع رفتاری رضایت جنسی همسران.....
۳۲۱.....	۱. بدرفتاری.....
۳۲۳.....	۲. نداشتن آراستگی ظاهری.....
۳۲۴.....	۳. رعایت نکردن بهداشت جنسی.....
۳۲۵.....	۴. نشوز جنسی همسران.....
۳۳۲.....	۵. افراط و تفریط.....
۳۳۴.....	۶. ناهماهنگی جنسی.....
۳۳۵.....	ناهماهنگی در میل جنسی.....
۳۳۶.....	ناهماهنگی در دفعات آمیزش جنسی.....
۳۳۷.....	ناهماهنگی در پرس آمیزش جنسی.....
۳۳۸.....	ناهماهنگی در زمان و مکان آمیزش جنسی.....
۳۳۸.....	ناهماهنگی در مواز و یکر.....
۳۳۹.....	۷. خشونت جنسی.....
۳۴۶.....	۸. پرخاشگری جنسی.....
۳۴۹.....	۹. تجاوز جنسی بین همسران.....
۳۵۳.....	مزا حمت جنسی بین همسران.....
۳۵۳.....	سوء استفاده جنسی بین همسران.....
۳۵۵.....	اجبار جنسی بین همسران.....
۳۵۷.....	تجاوز به عنف بین همسران.....
۳۵۸.....	تجاوز جنسی از نظر اسلام.....
۳۶۰.....	۱۰. تنوع طلبی جنسی.....
۳۶۳.....	۱۱. غیرت و ورزی بی جا.....
۳۶۴.....	۱۲. انحراف و ناپهنجاری جنسی.....
۳۷۱.....	زنا.....
۳۷۱.....	هم جنس گرایی.....
۳۷۴.....	خودارضایی.....
۳۷۷.....	فصل چهارم: موانع طبیعی رضایت جنسی همسران.....

۳۷۷	۱. مشکلات جسمی
۳۷۷	بیماری
۳۸۰	خستگی و کسالت
۳۸۱	افزایش سن
۳۸۲	بارداری و ناباروری
۳۸۳	اعتیاد به الکل و مخدرها
۳۸۵	۲. نداشتن سلامت روانی
۳۸۶	نداشتن تصویر جذاب بدنی و جنسی
۳۹۰	نداشتن اعتماد به نفس
۳۹۰	نداشتن عزت نفس
۳۹۳	انزجار جنسی
۳۹۵	افسردگی
۳۹۸	اضطراب
۴۰۲	استرس
۴۰۵	تنش
۴۰۵	ترس
۴۰۸	۳. نداشتن سلامت جنسی
۴۰۸	بیماری‌های جنسی
۴۱۰	اختلال در عملکرد جنسی
۴۱۶	اختلالات میل جنسی
۴۲۰	اختلالات انگیختگی جنسی
۴۲۴	اختلالات ارگاسم
۴۲۵	ملاک‌های تشخیص اختلال ارگاسم جنسی در زن
۴۲۸	ملاک‌های تشخیصی اختلال ارگاسم جنسی در مرد
۴۲۹	زودانزالی (انزال زودرس)
۴۳۴	دیرانزالی (انزال دیررس)
۴۳۴	دردانزالی (انزال دردناک)
۴۳۴	اختلالات درد جنسی
۴۳۷	اختلالات دیگر

سخن پژوهشکده

رابطه جنسی زنی جوان رابطه‌های اساسی در روابط بین همسران برشمرد. این رابطه لذت بخش و دل‌نشین در تحکیم روابط زوجین نقش اساسی داشته و عدم اهمیت بدان مشکلات اساسی را به وجود می‌آورد. برخی از زوج‌ها، مخصوصاً زوج‌های جوان به علت عدم آشنایی و آگاهی کافی درباره نحوه برخورد با روابط جسمی، عاطفی و ارتباطی بین همسران، و خصوصاً رابطه جنسی، با مشکلاتی مواجه هستند. چنین مشکلاتی در برخی از موارد تبدیل به بحران‌های خانوادگی شده و آثار آن در معضلاتی چون افزایش آمار طلاق، جوامع، تنوع‌طلبی جنسی و.... قابل مشاهده می‌باشد.

آرامش روحی و روانی و جسمی فردی و اجتماعی حاصل از تأمین «حسلی» این نیاز به قدری حائز اهمیت است که اسلام راجع به این مسئله سخن فرموده است؛ تا جایی که با توجه به زیاد بودن و تأکید این امر در ادله دینی می‌توان آن را در زمره مسائل مهم اسلامی قرار داد. در واقع، اسلام نه تنها، این امر را قبیح نمی‌داند، بلکه با نگاه مثبت و حتی عبادت‌گونه به رابطه جنسی با همسر، توصیه‌های فراوانی در نوع رابطه نیز دارد. کتاب پیش رو، ضمن استفاده از بسیاری از تحقیقات در زمینه رضایت جنسی همسران، به مقوله توصیه‌های دینی توجه فراوانی نموده است. در واقع، این اثر ضمن استفاده از منابعی که به بیش از ۹۰۰ منبع می‌رسد، سعی در آن داشته است که محوریت توصیه‌های اسلامی را در آن مورد توجه قرار دهد.