

عنوان کتاب:

دلزدگی زناشویی

www.ketab.ir

مؤلفان:

اکرم سیفی زاده سرابستانی

فاطمه نورانی ماسوله



لیسنس یافتہ مفتی امجد
محمد سعید

: سیفی زاده سرایستانی، اکرم، ۱۳۵۰-

دلدردگی (ناشویی) / مولفان اکرم سخی زاد، مسرا، استانی، قاطعه نورانی، ماسوله.

زهران: سنجش و دانش، ۱۴۰۰.

: ١٢٦ هـ

978-622-05-2664-3 : ۲۵۰۰۰۰ ریال

فيا :

: کتابنامه: ص ۱۳۱ - ۱۳۶.

■ زناتسوی - ارتفاع

Communication in marriage :

: زناشویی - اختلاف

Mental conflict :

دلیزدگی :

Burn out (Psychology) :

زیرانی، ماسعود و فاطمه - ۱۳۴۰

HOVET :

T.S/A) :

AF11A9. :

: ٢٢٢ :

شناسه

ان و نام پدیدآور

خدمات نشا

خدمات مشاوره

۵۰۰

صفت فوریست نویسنده

داشت

82

22

63

F.9.

٢٥٦

٤٥٦

اس و افزودم

پیشہ : گزٹنگ

بندگی دیویم

ماره کتابخانه

دعوات و گوروں کے

عنوان: دلزدگی زناشویی

مؤلف: اکرم سیفی زاده سراستانی — فاطمه نورانی ماسوله

ناشر: سنجش و دانش

نوبت چاپ : چاپ اول - ۱۴۰۰

تبا : ۳۰ نسخه

شماره: ۳-۲۶۶۴-۰۵-۶۲۲-۹۷۸

نشانی: میدان انقلاب، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶، تلفن: ۰۲۱۶۱۲۶

««کلیه حقوق مادی و معنوی این اثر محفوظ می باشد»»»

سجس و داس

www.sanjesh.ir
sanjeshodanesh@iran.ir

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ ریال

فهرست مطالب

۳	فهرست مطالب
۸	مقدمه نویسنده
۹	فصل اول: تعارضات زناشویی
۹	مقدمه
۱۱	توابع تعارض
۱۱	ریشه‌های تعارضات زناشویی
۱۲	نظریه‌های مربوط به مواجهه با خشم بین والدین
۱۲	نظریه فشار روانی بعد از ضربه
۱۳	نظریه ایمنی هیجانی
۱۳	نظریه روابط شیء
۱۴	نظریه قطع خانواده‌گی
۱۵	فصل دوم: خشونت خانگی علیه زنان
۱۵	مقدمه
۱۷	خشونت خانگی علیه زنان
۲۰	دیدگاه‌های نظری خشونت
۲۰	نظریه پذیرش فرهنگی
۲۳	نظریه انسداد (برای فرد پرخاشگر)
۲۵	فصل سوم: سازگاری و ناسازگاری زناشویی
۲۵	مقدمه
۲۵	سازگاری و ناسازگاری زناشویی
۲۵	سازگاری زناشویی
۲۶	عوامل مؤثر در رضایت و سازگاری زناشویی
۲۷	ابراز محبت و عشق زوجین نسبت به یکدیگر
۲۸	احترام به همسر
۲۹	روابط جنسی
۳۰	مسائل اقتصادی و اجتماعی
۳۰	ارتباط با اقوام و اطرافیان

۳۱	مسائل ارزشی، عقیدتی و مذهبی
۳۲	علاق و طرز تفکر
۳۲	مزاج و شخصیت
۳۳	تأثیر رضایت و سازگاری زناشویی بر کودکان
۳۴	رضایتمندی و سازگاری زناشویی
۳۶	نظریه‌های مرتبط با خانواده، رضایتمندی و سازگاری زناشویی
۳۶	دیدگاه کلان
۳۶	دیدگاه خرد
۳۹	نظریه روان‌شناسی اجتماعی
۳۹	نظریه انتظار
۳۹	نظریه نیاز
۴۰	نقش سیستم خانواده در ایجاد تعارضات
۴۰	طبقه‌بندی تعارضات زناشویی
۴۰	منابع درونی
۴۱	منابع جسمی
۴۱	منابع بیرونی
۴۲	منابع محیطی یا موقعیتی
۴۴	دیدگاه مادر در باره بروز تعارضات خانواده
۴۶	مشاهده عاملی برای بروز تعارضات زندگی زناشویی
۴۸	فصل چهارم: صمیمیت زناشویی
۴۸	مقدمه
۴۹	نظریه‌ها و رویکردهای صمیمیت
۵۰	رویکرد تعاملی یاگازووی
۵۲	دیدگاه رشد فارمن
۵۴	نظریه دل‌بستگی جانسون و ویفن
۵۵	رویکرد تکاملی شارپ
۵۶	فصل پنجم: عملکرد خانواده
۵۶	مقدمه
۵۷	کارکردهای خانواده
۵۹	خانواده‌های کارآمد و خانواده‌های ناکارآمد
۶۳	الگوی مک مستر در مورد ارزیابی عملکرد خانواده
۶۶	دیدگاه بوئن در مورد عملکرد خانواده
۶۷	فصل ششم: مهارت زندگی
۶۷	مقدمه
۶۸	اجرای برنامه‌های مهارت‌های زندگی
۶۹	اهداف آموزش مهارت‌های زندگی
۶۹	اهمیت مهارت‌های زندگی

۷۱	انواع مهارت‌های زندگی
۷۲	مبانی نظری ارتباط مؤثر
۷۳	مهارت‌های ارتباطی
۷۴	الگوهای چهارگانه ارتباط با دیگران
۷۵	مهارت‌های لازم برای ارتباط کارآمد
۷۵	مهارت جبرتمندی
۷۶	مهارت مواجهه شدن با رفتارهای بی‌ملاحظه دیگران
۷۸	ابراز وجود
۸۰	سبک‌های پاسخ‌دهی
۸۲	ویژگی سبک‌های ارتباطی
۸۲	ویژگی سبک ارتباطی سلطه‌پذیر
۸۳	ویژگی سبک ارتباطی جبرتمندانه
۸۴	پس‌فرض‌های بنیادی درمان مبتنی بر آموزش ابراز وجود
۸۶	کاربردها و فواید آموزش ابراز وجود
۸۹	انواع ابراز وجود
۹۰	ابراز وجود مستقیم و غیرمستقیم
۹۱	ابراز وجود حفاظتی
۹۱	مؤلفه‌های ابراز وجود
۹۵	عوامل شخصی و بافتی
۹۸	بیامدهای منفی نداشتن جرئت
۹۹	فصل هفتم: رضایت زناشویی
۹۹	مقدمه
۱۰۰	تعریف رضایت‌مندی زناشویی
۱۰۲	تغییرات رضایت زناشویی در طول زمان
۱۰۳	ویژگی زوج‌های سالم
۱۰۴	عوامل مؤثر بر رضایت زناشویی
۱۰۵	دیدگاه السون و فاوورز
۱۰۵	دیدگاه گارسیا
۱۰۶	دیدگاه نیوفان
۱۰۶	دسته‌بندی عوامل مؤثر بر رضایت‌مندی زناشویی
۱۰۷	ارتباط
۱۰۸	سن
۱۰۹	اعتماد و صداقت
۱۰۹	درک همسر و تفاهم
۱۰۹	محبت
۱۱۰	همکاری
۱۱۰	مسائل جنسی

دلزدگی زناشویی مجموعه‌ای از علائم خستگی عاطفی، جسمانی و روانی است که پیامدهای قابل توجهی برای زندگی زوجی به دنبال دارد. این پدیده زمانی ایجاد می‌شود که زوج درمی‌یابند که رابطه آن‌ها برای برآورده کردن یکسری از نیازهای اساسی ناتوان است و طرفین دچار حالت‌های دردناک خستگی، یکنواختی، افسردگی و احساس ناکامی در زندگی زناشویی می‌شوند. دلزدگی زناشویی با ابعاد مختلف سلامت در ارتباط است. در بعد جسمانی با پایین بودن سلامت عمومی، ضعیف بودن سیستم ایمنی بدن و برانگیختگی‌های قلبی-عروقی همراه است. در بعد روانی-اجتماعی علاوه بر نشانه‌های معنادار افسردگی و اضطراب، گرایش به رفتارهای آسیب‌زا را نشان می‌دهد. از لحاظ شغلی با افسردگی، استرس، تعارض کار-خانواده، درگیری در محیط شغلی و غیبت همراه است. این وضعیت نه تنها برای خود زوجها تهدیدکننده است، بلکه پیامدهای منفی درازمدت و نهفته‌ای را برای فرزندان آن‌ها نیز به دنبال دارد و سلامت آن‌ها را به شدت تهدید می‌کند.

در طرف مقابل زوج‌هایی که در رابطه خود فاقد دلزدگی زناشویی هستند و از خرسندی بیشتری برخوردارند، سطح بالا ترس از سلامت عمومی را نشان می‌دهد و کمتر به بیماری‌های مزمن مبتلا می‌شوند. این قبیل زوجها میزان بالاتری از صمیمت زناشویی را تجربه می‌کنند و از حمایت و مراقبت روانی بیشتری برخوردار هستند و در محیط اجتماعی خود احساس رضایت‌مندی و تعاملات اجتماعی بهتری را نشان می‌دهند.

هر فردی ابتدا و در شکل طبیعی‌اش رابطه زناشویی خود را با عشق و علاقه شروع می‌کند و گمان‌های اولیه او نیز در راستای حفظ و تداوم این رابطه است. اما گاهی پس از مدتی ممکن است زن یا شوهر یا هر دوی آن‌ها نسبت به عمق و شکل رابطه‌شان دچار تردید شوند و چون بین توقعات خود از زندگی واقعیت‌های موجود در زندگی زناشویی‌شان هماهنگی لازم را نمی‌بینند، دچار سرخوردگی و دلزدگی می‌شوند. درواقع زوجها درمی‌یابند که رفتار همسرشان آن چیزی نیست که انتظارش را داشته‌اند و پس از به وجود آمدن این احساس سرخوردگی، همسرشان را در قبل و بعد از ازدواج مقایسه می‌کنند. و در پی آن، احساسات منفی، حالت غالب به خود می‌گیرد و به از دست دادن شور و شوق اولیه، وابستگی عاطفی، تعهد و منجر می‌شود. دلزدگی فقدان تدریجی دل‌بستگی عاطفی است که شامل کاهش توجه به همسر، بیگانگی عاطفی و افزایش احساس دل‌سردی و بی‌تفاوتی نسبت به همسر است.