

روانشناسی خانواده و ازدواج

آشنایی با مجموعه مهارت‌ها، فنون، انواع زوج‌درمانی

حاجه‌آده‌درمانی و فرزندپروری

مؤلفین

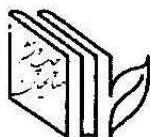
دکتر بهرام بختیاری سعید

محدثه زرجوش - فاطمه خورشیدی

مسلم بناوند - حجت طاهری

ویراستار علمی و تخصصی

امیرعلی رجنی



روانشناسی خانواده و ازدواج

عنوان و نام پدیدآور : روانشناسی خانواده و ازدواج : آشنایی با مجموعه مهارت‌ها، فنون، انواع زوج‌درمانی خانواده‌درمانی و فرزندپروری / مولفین بهرام بختیاری‌سعید... (و دیگران)؛ ویراستار علمی و تخصصی امیرعلی رجنی.

مشخصات نشر : تهران: صالحیان، ۱۳۹۹.

مشخصات ظاهری : ۱۶۰ ص

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۴-۵۶۹-۹

وضعیت فهرست‌نویسی : فیا

یادداشت : مولفین بهرام بختیاری‌سعید، محدثه زرجوش، فاطمه خورسندی، مسلم بناوند، حجت طاهری‌کندر.

آشنایی با مجموعه مهارت‌ها، فنون، انواع زوج‌درمانی خانواده‌درمانی و فرزندپروری.

زناشویی - جنبه‌های روان‌شناسی

Marriage -- Psychological aspects موضوع

زوج‌درمانی موضوع

Couple therapy موضوع

روان‌دانی خانواده موضوع

Family psychotherapy موضوع

تربیت نوادگی موضوع

Home education موضوع

روابط زن و مرد موضوع

Man-woman relationships موضوع

شناسه افزوده : بختیاری‌سعید، بهرام، ۱۳۴۷

شناسه افزوده : رجنی، امیرعلی، ۱۳۷۵ -، ویراستار

رده بندی کنگره : HQ ۷۴۳

رده بندی دیویی : ۳۰۶ / ۸۱

شماره کتابشناسی ملی : ۷۲۸۹۷۷۳

مؤلفان بهرام بختیاری‌سعید، فاطمه خورسندی، محدثه زرجوش، مسلم بناوند، حجت طاهری‌کندر

ناشر صالحیان

صفحه‌آرا معصومه سفندیاری

ویراستار امیرعلی رجنی

طراح جلد سمیرا صفاری

شمارگان ۱۰۰۰ نسخه

سال و نوبت چاپ ۱۳۹۹ - اول

قیمت ۲۸۷۰۰ تومان

ISBN: 978-622-214-569-9

شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۴-۵۶۹-۹

تهران - میدان انقلاب - خیابان کارگر جنوبی - خیابان شهدای ژاندارمری

پلاک ۱۳۷-واحد ۳

تلفن: ۰۹۱۹۰۸۱۰۱۴۲ - ۶۶۹۷۹۳۰۰

سایت انتشارات: www.pubsalehiyan.ir



فهرست مطالب

عنوان

صفحه

مقدمه مولفین.....	۷
-------------------	---

فصل اول

ازدواج و مشاوره قبل از آن.....	۹
مقدمه.....	۱۱
ازدواج چیست؟.....	۱۲
فلسفه و هدف از ازدواج.....	۱۳
«تهذیب نفس»: فلسفه بزرگ ازدواج.....	۲۰
فنون و تکنیک‌های قبل ازدواج.....	۲۰
۹ تکنیک برتر در مشاوره ازدواج که بر اساس نیازهای حاضر شما هستند.....	۳۴
مشاوره به خود آیا می‌تواند کارساز شود؟.....	۴۱
خصوصیات ازدواج سالم و موفق.....	۴۳
ازدواج بالغ-بالغ.....	۴۳
موانع ازدواج موفق کدام‌اند؟.....	۴۴

فصل دوم

ایجاد خانواده.....	۴۷
هدف خانواده‌درمانی.....	۵۲
نظریه‌های خانواده‌درمانی.....	۵۳
خانواده‌های نیازمند خانواده‌درمانی.....	۷۶
چه وقت باید خانواده‌درمانی کرد؟.....	۷۷

نتیجه گیری.....	۷۸
-----------------	----

فصل سوم

راهکارهای زندگی شاد.....	۸۱
انواع زوج درمانی.....	۸۳
مدیریت بحران در زوج درمانی.....	۹۱
سبک های حل تعارض.....	۹۲
پیش فرض های درست درباره ی تعارض.....	۹۴
مدیریت حشم.....	۹۵
۲۰ قانون طلایی ردواج رفق.....	۹۷

فصل چهارم

فرزندپروری.....	۱۰۷
دلیل اهمیت دوران کودکی.....	۱۰۹
روابط مؤثر با کودک.....	۱۱۰
چهار جز اساسی برای ایجاد روابط مثبت.....	۱۱۱
تشویق و تنبیه آگاهانه.....	۱۱۳
برخورد والدین با فرزندان در شرایط مختلف.....	۱۱۵
تربیت جنسی کودک.....	۱۱۷
آموزش اقتدار به والدین.....	۱۲۱
مهارت های کلیدی فرزند پروری.....	۱۳۲
آموزش نظم و انضباط به کودک.....	۱۴۶
بیماری های شایع و مراقبت های لازم در کودکان.....	۱۴۸
منابع و مآخذ.....	۱۵۵

مقدمه مولفین

در این کتاب سعی بر آن بوده است که به جای مفاهیم صرفاً نظری، مطالب کاربردی ارائه شود که افراد بتوانند در طول زندگی خود از آن استفاده کنند.

یکی از مطالب مهم که نه تنها در بهره‌مندی از این کتاب بلکه در سرتاسر زندگی اهمیت بسیاری دارد این است که وقتی ما می‌خواهیم تغییری را در زندگی خود آغاز کنیم و یا چیزی را به دست آوریم تا خود را برای آن آماده نکنیم، نمی‌توانیم تغییر را در خود ایجاد کنیم. دست‌آورد قابل‌ملاحظه‌ای به دست آوریم، اگرچه هیچ کتابی به‌تنهایی نمی‌تواند تمام دقیقیت‌های موجود خانوادگی در زندگی را بررسی نماید و در مورد آن‌ها راهکار ارائه دهد. نکته مهم ارتباطی میان انواع شخصیت‌ها را بررسی نماید ولی این کتاب کمک شایانی برای پذیرش و حل مسائل مختلف زندگی ارائه می‌دهد. پیشنهاد می‌شود که قبل از وارد شدن به موقعیت‌های جدید زندگی مثل ازدواج و داشتن فرزند، دانش لازم در مورد آن را به دست آوریم. تقلید از دیگران، تحت تأثیر قرار گرفتن انواع فیلم‌ها، رسانه‌ها و صنعت‌هایی که برای فروش محصولات خود از ازدواج، عشق و رشد فرزندانمان استفاده‌ی تبلیغاتی می‌کنند از منابع معتبر مثل کتاب‌های علمی و افرادی که در این زمینه تخصص دارند استفاده کنید.

این کتاب شامل چهار بخش است:

در **بخش اول**، فنون و تکنیک‌های مهم پیش از ازدواج و چگونگی داشتن ازدواج سالم ارائه شده است. یکی از موارد مهم برای داشتن ازدواج موفق، داشتن شناخت کافی از خود است، تا ما خود را شناسیم و ویژگی‌ها و خصوصیات موجود در خود را مورد کنکاش و بررسی قرار ندهیم، نمی‌توانیم فرد متناسب با خود را بشناسیم و انتخاب

نماییم. بنابراین این فصل را به تمامی کسانی که می‌خواهند به شناخت درستی از ازدواج و خود برسند پیشنهاد می‌کنیم.

بخش دوم، مفاهیم کلی در مورد خانواده‌درمانی مثل تعاریف، اهداف، نظریه‌ها و تاریخچه‌ی خانواده‌درمانی ارائه می‌دهد.

در **بخش سوم** که راهکارهای یک زندگی شاد است، اتفاقات بعد از شروع زندگی مشترک را مورد بررسی قرار می‌دهد و شامل انواع درمان‌ها و تکنیک‌ها برای داشتن ارتباط بهتر با همسر می‌شود را مورد بررسی قرار داده‌ایم و تلاش بر آن بوده که به‌جای نام بردن و توضیح صرف انواع مختلف مهارت‌های حل مسئله بعد از ازدواج، فقط مهارت‌های پرکاربر ارائه شود آن‌هم نه به‌صورت نظری بلکه به‌طوری که در طول زندگی بتوان آن‌ها را به‌کاربرد.

در **بخش چهارم** که با عنوان فرزند پروری ارائه شده است، انواع راهکارها و شرایط مختلف کودکان را مورد بررسی قرار دادیم. یکی از مطالب مهم از شروع مطالعه‌ی این فصل آن است که به این مطلب توجه کنیم که بسیاری از مشکلات رفتاری فرزندان از پدر و مادر و یا مراقبان آن‌ها نشأت می‌گیرند. پوز کودکان از طریق مشاهده و الگوبرداری از دیگران به انجام رفتارهای گوناگون می‌پردازند. پس بهتر است قبل اینکه برای تربیت فرزندانمان تلاش کنیم، این نکته را مورد توجه قرار دهیم. بهتر است قبل از داشتن فرزند به تربیت خود بپردازیم و الگوهای رفتاری نادرست را درون خود اصلاح کنیم تا بتوانیم الگوهای خوبی برای فرزندانمان باشیم.

در پایان از همه‌ی کسانی که به ما در نوشتن این کتاب کمک کردند تشکر می‌کنیم و از خوانندگان عزیز تقاضا می‌کنیم که چنانچه نقضی را در کتاب مشاهده کردند به ما اطلاع دهند و ما را در اصلاح آن و تلاش در هرچه بهتر شدن آن یاری رسانند.

امیدواریم که این کتاب بتواند راهنمای مناسبی در طول زندگی برای شما عزیزان قرار بگیرد.