



مقدمه‌ای بر درمان خیانت و تعارض زناشویی

تألیف و گردآوری:

آرزو امین زاده ، امیر اسلامی



بهار ۱۳۹۹

سرشناسه	: امین زاده، آرزو، ۱۳۷۳
عنوان و نام پدیدآور	: مقدمه‌ای بر درمان خیانت و تعارض زناشویی؛ گردآوری و تالیف: آرزو امین زاده، امیر اسلامی (۱۳۷۴)
مشخصات نشر	: تهران: انتشارات پادینا، ۱۳۹۹ -
مشخصات ظاهری	: ۱۳۲ ص
شابک	: شابک: ۰-۷۷-۷۱۱۹-۶۲۲-۹۷۸
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
شناسه افزوده	: امیر اسلامی
رده بندی کنگره	: BJ۱۵۰۰
رده بندی دیویی	: ۶۴۵/۱۵۵
شماره کتاتسناسی ملی	: ۷۳۹۸۰۰۲



مقدمه‌ای بر درمان خیانت و تعارض زناشویی

گردآوری آرزو امین زاده و امیر اسلامی

ناشر: انتشارات پادینا

طراحی جلد و صفحه‌آرایی: انتشارات پادینا

نوبت چاپ: اول (۱۳۹۹)

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۰-۷۷-۷۱۱۹-۶۲۲-۹۷۸

چاپ و صحافی: سینا

قیمت: ۳۷۰۰۰ تومان

میدان انقلاب، ابتدای کارگر جنوبی، کوچه رشتچی پلاک ۷، واحد ۳، انتشارات پادینا

تلفن: ۷۷۴۲۱۷۵۷ و ۱۷-۶۶۹۴۹۱۱۵ (۰۲۱) همراه: ۰۹۰۲۵۰۸۸۳۸۱

www.padinapub.com

padina.pub@gmail.com

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۱۱	فصل اول
۱۱	گرایش به خیانت
۱۳	تعریف خیانت زناشویی
۱۳	تعاریف مختلف در زمینه خیانت
۱۴	تشابه میان خیانت و بی‌وفایی
۱۵	تفاوت میان بی‌وفایی و خیانت
۱۵	انواع خیانت‌های زناشویی
۱۵	خیانت‌های عاطفی
۱۶	خیانت‌های جنسی
۱۶	خیانت‌های مرکب
۱۶	دلایل خیانت و بی‌وفایی زوجین به یک دیگر
۱۷	۱- عدم پابندی به اصول دینی و اخلاقی
۱۷	۲- برآورده نشدن نیازهای جنسی
۱۷	۳- مقابله به مثل
۱۷	۴- سرد شدن روابط عاطفی
۱۸	۵- عادی سازی روابط خارج از خانواده
۱۸	۶- ازدواج‌های اجباری
۱۸	۷- مشکلات اقتصادی
۱۸	۸- آزار و اذیت‌های جسمی
۱۹	نظریه‌ها و مدل‌های روابط فرا زناشویی
۲۰	مدل نقص (کمبود)
۲۱	مدل سرمایه گذاری

۲۲	رضایت و تعهد
۲۳	تصمیم ماندن / ترک
۲۴	نظریه وابستگی متقابل
۲۴	مدل ارضاء نیازها
۲۷	راهکارها و توصیه‌هایی در مورد مرحله ی ۱
۲۸	خیانت زناشویی و تعهد زناشویی به چه معناست ؟
۲۸	راهکارهای خیانت زناشویی چیست ؟
۳۰	قانون اول: حمایت
۳۱	قانون دوم: رجه
۳۱	قانون سوم: زمان
۳۲	قانون چهارم: صداقت
۳۳	فصل دوم
۳۳	تعارضات زناشویی
۳۵	تعریف تعارض زناشویی
۳۶	تعارض زناشویی از نظروایل
۳۷	الف) دیدگاه‌های تعارض:
۳۷	ب) دیدگاه سنتی
۳۷	پ) دیدگاه روابط انسانی
۳۷	ت) دیدگاه تعاملی
۳۸	سبک‌ها و استراتژی‌های حل تعارض
۳۸	مشارکتی یا تشریک مساعی (سبک جفت)
۳۸	رقابتجویی و زور (سبک کوسه)
۳۹	اجتناب یا بی‌تفاوتی (سبک لاک پشت)
۳۹	گذشت یا تطبیق (سبک خرس کوچولو)
۳۹	مصالحه یا توافق (سبک روباه)
۴۰	مراحل رشد تعارض زوجین:
۴۱	چگونگی درمان تعارض زوجین
۴۴	چگونگی درمان تعارض زوجین
۴۹	فصل سوم
۴۹	رضایت زناشویی
۵۱	رضایت زناشویی
۵۲	ایجاد رضایت زناشویی
۵۳	زوج خوشبخت و کامل

۵۴	علل مشکلات و تعارضات در میان زوجین
۵۵	اثرات صلاقی
۵۶	نقش عشق در ازدواج و تداوم زندگی
۵۸	مدل مثلث عشق استرنبگ
۶۰	اثرات نزدیکی و فاصله در تداوم زندگی
۶۱	نقش فشارهای فرهنگی در رضایت زن و شوهر
۶۲	پیشرفت فردی در زوجین
۶۴	اختلافات مالی
۶۶	روابط والدین کودک
۶۶	عوامل رضایی
۶۸	حسادت
۶۹	خشونت زناشویی
۷۰	رضایت زناشویی و عقاید مذهبی
۷۱	توصیه‌های تربیتی برای بحران زناشویی
۷۳	هفت اصل زندگی زناشویی کارآمد
۷۷	فصل چهارم
۷۷	درمان راه حل - محور
۷۹	عملکرد درمان راه حل محور
۸۰	تاریخچه‌ی درمان راه حل محور
۸۳	رویکرد راه حل - محور
۸۴	اهداف درمان راه حل - محور
۸۵	اصول اساسی درمان راه حل - محور
۸۷	راه حل درمانی
۸۸	درمان متمرکز
۸۸	درمان مختصر
۸۹	راه حل‌ها چگونه ساخته می‌شوند؟
۹۱	روش‌ها و تکنیک‌های درمانی
۹۲	تحسین کردن
۹۳	تغییر دیدگاه
۹۴	استفاده از زبان آینده یا اتخاذ موضع پیش فرضانه
۹۴	یافتن و برجسته کردن استثنائات
۹۶	استفاده از واژه مهم «به جای»
۹۶	سوالات درجه بندی

۹۷	تکلیف شگفت آور:
۹۷	کلیدهای استخوان بندی
۹۸	فرایند درمان
۹۸	نقش درمانگر در درمان راه حل محور:
۱۰۲	نقش مراجع در درمان راه حل محور
۱۰۵	فصل پنجم
۱۰۵	خانواده
۱۰۷	خانواده
۱۱۱	نظریه های خانواده:
۱۱۲	خانواده درمانی:
۱۱۲	خانواده درمانی های رفتاری، و شناختی - رفتاری
۱۱۳	خانواده درمانی ساختن
۱۱۳	خانواده درمانی های استرکینگ، سیستمی، و متمرکز بر راه حل
۱۱۳	خانواده درمانی سیستمی
۱۱۴	خانواده های نیازمند خانواده درمانی
۱۱۴	خصوصیات کلی خانواده درمانی
۱۱۵	چه وقت باید خانواده درمانی کرد؟
۱۱۷	فصل ششم
۱۱۷	زوج درمانی
۱۱۹	زوج درمانی
۱۲۰	سیستم ها و الگوهای خانوادگی
۱۲۱	زوج درمانی رفتاری
۱۲۲	زوج درمانی با تمرکز عاطفی
۱۲۳	زوج درمان روان یویشی
۱۲۳	نقش درمانگرها در زوج درمانی
۱۲۷	منابع
۱۲۹	منابع فارسی
۱۳۱	منابع لاتین

مقدمه

خانواده یکی از نهاد های بنیادی جامعه انسانی است که همواره به اشکال گوناگونی در طی تاریخ وجود داشته است. خانواده به رغم محدودیت اعضای آن به سبب نقش بسیار حساس و چند جانبه ای که در نظام اجتماعی بر عهده دارد، همواره با مسائل خاصی روبرو بوده است، مسائلی که با ازدواج شروع و با تربیت فرزندان و همچنین روابط خویشاوندی و معضلات اجتماعی ادامه پیدا می کند. از آن جایی که خانواده و مسائل مربوط به آن در بعد فردی نیز از اهمیت خاصی برخوردار است، مطالعات زیادی در زمینه های مختلف مربوط به آن صورت گرفته که حاکی از توجه خاص پژوهشگران نسبت به مسائل خانواده و ماهیت پر اهمیت مسائل آن است.

تعارض به طور طبیعی در تمام زمینه های شغلی، تحصیلی، خانوادگی، ازدواج و در سطح فردی و جمعی روی می دهد. روابط خانوادگی فشرده ترین موقعیت برای تعارضات بین فردی است. روابط عاطفی و عاشقانه زمینه را برای محک زدن جدی مهارت های آموخته شده برای زندگی مهیا می کنند. در ارتباط بین افراد تعارض وقتی بروز می کند که فرد بین اهداف، نیازها، یا امیال شخصی خودش و اهداف، نیازها و امیال شخصی طرف مقابلش ناهمسازی و ناهمخوانی می بیند بروز اختلاف و عدم تفاهم در خانواده امری شایع است و هیچ خانواده ای از این امر مستثنی نیست، اما گاهی این اتفاقات به تعارض های شدید منجر می شود. کافی است نگاهی به صفحات روزنامه یا گذری به دادگاه خانواده بزنید. امروزه خانواده ها درگیر انواع

مختلفی از تعارضات و اختلافات شدید هستند که این اختلافات باعث عدم کارکرد خوب و سالم خانواده به عنوان اولین و قدیمی‌ترین نهاد اجتماعی^۱ می‌شود. نهادی که وظیفه اصلی آن ایجاد روحیه و شخصیت سالم است خود به عاملی برای اختلالات عاطفی، رفتاری و شخصیتی تبدیل شده است. تعاریف متعدد برای واژه تعارض زناشویی ارائه شده است. درمانگران سیستمی تعارض زناشویی را تنازع بر سر تصاحب پایگاه‌ها و منابع قدرت و حذف امتیازات دیگری می‌دانند.

وجود اختلافات عقیده و رفتار بین زن و مرد امری طبیعی است. ولی خانواده‌هایی وجود دارند که در آن زن و مرد نتوانند مشترکشان تبدیل به یک میدان جنگ کرده‌اند. تعارض‌های زناشویی تأثیر عمیق منفی بر روابط آنها و پیرو آن بر بافت و روابط خانوادگی می‌گذارد. تعارضات در خانواده اغلب منجر به استرس می‌شود، می‌تواند پیش‌بینی کننده شروع افسردگی، اضطراب و بسیاری از بیماری‌های جسمی روانی باشد. البته عدم توافق موجود بین زوجها نه تنها غیر عادی نیست بلکه اگر ساختار حل شود باعث تحکیم رابطه می‌شود. غم، تنش و بروز خشم بین زوجها گریز ناپذیر است. اگر بپذیریم که هیچ زندگی مشترکی بدون تعارضات قابل تصور نیست، آن گاه می‌توانیم خود را از فشار چایی به وجود آمدن مشکل برهانییم و در عوض به حل آن فکر کنیم.

خیانت^۲ زناشویی یکی از مهمترین عوامل تهدید کننده عملکرد مثبت و تداوم روابط زناشویی است. خیانت زناشویی: به هرگونه رابطه جنسی یا عاطفی فراتر از چارچوب رابطه بین دو همسر اطلاق می‌گردد. تحقیقات در این زمینه نشان می‌دهد که حدود یک سوم از مردان و یک چهارم از زنان احتمال دارد که حداقل یک بار در طول زندگی مشترک درگیر روابط فرازناشویی گردند. خیانت جنسی یا عاطفی مانند بسیاری از پدیده‌های اجتماعی دیگر یک رویداد چند وجهی، پیچیده و وسیعی است که عوامل بالقوه متعددی در بروز آن دخالت

1- Family Institution

2-Infidelity

دارند. چرا که این امر در برگیرنده یک سری عناصر رفتاری چون نیازهای نامناسب هیجانی و جنسی، فرصت طلبی، بی مسئولیتی و فریبکاری عمدی است که پذیرش آن‌ها برای افرادی که به نوعی در این مسئله درگیر می‌شوند، چندان راحت نیست. همچنین خیانت زناشویی ابزاری است که به وسیله آن بدون اینکه فرد به یک تخلف جنایی آشکار دست بزند، جنبه مشکل‌زا و تاریک شخصیت خود را نشان می‌دهد. براون (۲۰۰۱) اظهار می‌دارد افزایش روابط پنهانی، خارج از چهارچوب زندگی زناشویی، حاصل تعامل چندین عوامل است. انتظارات بیش‌تر برای حمایت‌مندی عاطفی در ازدواج، فقدان مهارت‌های ارتباطی و روابط صمیمی، انقلاب جنسی و دگرگونی در ساختار زندگی روزمره از جمله این عوامل هستند.

عوامل دخیل در بروز خیانت زناشویی را می‌توان به دو دسته روانی و اجتماعی تقسیم کرد. ویژگی‌های گروهی (اجتماعی) مفه‌هایی نظیر اعتماد اجتماعی، فرهنگ شهروندی، مسئولیت‌پذیری، مشارکت جویی، رعایت قانون و ... را در بر می‌گیرد. اعتماد اجتماعی نوعی شرط درباره کنش‌های احتمالی دیگران در آینده است و همه افراد در بعضی مواقع چنین شرط‌هایی را درباره کنش‌های احتمالی دیگران در آینده به کار می‌گیرند.