

شادکامی، سازگاری زناشویی و رضایت از زندگی زنان

مؤلف:

منیر شایان‌فر

کارشناسی ارشد روانشناسی بایینی



تلفن مرکز یخش: ۰۲۱۶۶۹۸۸۷۳۰

پیشگفتار

هدف از نگارش کتاب حاضر بررسی اثربخشی آموزش شادکامی به شیوه فورادیس بر سازگاری زناشویی، رضایت جنسی و رضایت از زندگی زنان است. یکی از پیش‌بینی‌کننده‌های اصلی و مهم رضایت از زندگی و سازگاری زناشویی، کیفیت روابط صمیمانه و بخصوص روابط جنسی است. تعارضات و مشکلات جنسی، همواره جز چند علت اول طلاق و تعارضات زناشویی است. در کشور ما نیز، هر ساله آمارهای متعددی درباره علل مشکلات زناشویی و طلاق مطرح می‌شود که در این بین، نقش مشکلات و عوامل جنسی بسیار بارز است. عدم رضایت جنسی دلیل بسیاری از آشفتگی‌های زوانی، افزایش آمار خیانت و طلاق می‌باشد. افزایش طلاق در دنیای کنونی و ناسازگاری‌های زناشویی، عدم رضایتمندی جنسی و عدم ابراز محبت و نیز از هم گسیختگی کانون گرم بسیاری از خانواده‌ها و تأثیرات سوء این مشکلات بر افراد خانواده نیاز به رسیدگی و حل مشکلات را مطرح کرده است. لذا آموزش شادکامی می‌تواند راه حل مناسب‌تری را با آمادگی خود از اباج و در عین حال کوشش برای هرچه لذت بخش‌تر و شاد کردن آن فراهم سازد و کمک تخصصی می‌تواند زوج‌ها را یاری کند تا کارکرد بهتری در زندگی زناشویی داشته باشند (حمیدی، ۱۳۸۷). با توجه به آنچه در بالا ذکر شد ما در این فصل به دنبال بررسی مسائل و چالش‌ها و اهمیت بررسی آنان در سه حیطه رضایت زناگویی، سازگاری زناشویی و رضایت جنسی هستیم و سپس به فرضیات مرتبط با کاهش آن از طریق آموزش شادکامی به روش فورادیس خواهیم پرداخت و در انتها به تعاریف نظری و عملیاتی هریک از مفاهیم ذکر شده خواهیم پرداخت.

۹	فصل اول
۱۰	مقدمه
۱۰	بیان مسئله
۱۴	اهمیت و ضرورت پژوهش
۱۸	اهداف پژوهش
۱۸	هدف اصلی
۱۸	اهداف جزئی
۱۸	سؤال پژوهش
۱۹	فرضیه‌های تحقیق
۱۹	فرضیه اصلی
۱۹	فرضیه‌های فرعی
۱۹	متغیرهای پژوهش
۱۹	تعاریف مفهومی و عملیاتی متغیرها
۱۹	تعاریف مفهومی
۲۰	تعاریف عملیاتی
۲۱	فصل دوم
۲۲	مقدمه

۲۲	سازگاری زناشویی
۲۴	عوامل مؤثر بر سازگاری زناشویی زوجین
۲۵	نقش سازگاری زناشویی در زندگی
۲۵	تأثیر بر عملکرد والدینی
۲۶	تأثیر بر طول عمر
۲۶	تأثیر بر رضایت از زندگی
۲۶	تأثیر بر میزان احساس تنهایی
۲۷	تأثیر بر وضع فصلی زردان
۲۷	جنسیت و سازگاری زناشویی
۲۷	سازگاری زناشویی و مهارت‌های ارتباطی
۳۰	رویکرد شناختی - رفتاری و شکل‌گیری آن
۳۲	آموزش ارتباط با رویکرد شناختی - رفتاری
۴۰	رضایت از زندگی
۴۱	تعاریف رضایت از زندگی
۴۲	عوامل مؤثر بر رضایت از زندگی
۴۲	ژن‌ها
۴۳	شخصیت
۴۳	ویژگی‌های جسمانی
۴۴	جنسیت

۴۴	عوامل شغلی و اقتصادی
۴۵	تندرستی و تحصیلات
۴۶	مذهب
۴۶	آزادی و دموکراسی
۴۷	ابعاد رضایت از زندگی
۴۹	الگوهای مسایط از زندگی
۵۰	الگوی کارکرد طباق
۵۰	الگوی رضایت از زندگی
۵۱	نظریه های پیرامون رضایت از زندگی
۵۱	نظریه ونگوت، مریک و اندرسون
۵۴	نظریه رضایت از زندگی ژان
۵۵	نظریه ادراکی فرانس
۵۵	رضایت جنسی
۵۷	دلایل عدم رضایت جنسی براساس تحقیقات انجام شده
۵۹	بازنگری پژوهشهای انجام شده در داخل و خارج
۵۹	الف) پژوهش های انجام شده در داخل از کشور
۶۲	ب) پژوهش های انجام شده در خارج از کشور
۶۵	فصل سوم
۶۶	مقدمه

۶۶..... بحث و نتیجه گیری

۷۲..... محدودیتهای تحقیق

۷۳..... منابع

www.ketab.ir