

۲۰۴۱۸۸۸

۱۴۰۱/۹/۹

هووالعلیم

ازدواج بدون طلاق

سید علی شریفی فرد

دکتر مینا بروجردی

دکتر الناز عطاران

مہتاب شصت فولادی

بامقدمه

دکتر نیلوفر میکاییلی

استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

ویراستار ادبی

شهرزاد موسوی



عنوان و نام پدیدآور: ازدواج بدون طلاق/مولفان سیدعلی شریفی فرد... [و دیگران].

مشخصات نشر: تهران: دانژه، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری: ۲۸۸ ص؛ ۵/۱۶×۵/۲۱ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۲۳۶-۰۰

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: مولفان سیدعلی شریفی فرد، مینا بروجردی، الناز عطاران، مهتاب شصت فولادی.

موضوع: زناشویی

Marriage

موضوع: زناشویی — ارتباط

Communication in marriage

موضوع: روابط زن و مرد

Man-woman relationships

شناسه افزوده: شریفی فرد، سیدعلی، ۱۳۶۸ -

رده بندی کنگره: HQ۷۴۳

رده بندی دیویی: ۳۰۶/۸۱

شماره کتابشناسی ملی: ۵۷۳۸۳۱۶

عنوان: ازدواج بدون طلاق

نویسنده: علی شریفی فرد - دکتر مینا بروجردی

دکتر الناز عطاران - مهتاب شصت فولادی

صفحه آرا: فرزانه هاشملو

مدیر تولید: داریوش سازمند

ناشر: دانژه قیمت: ۱۳۵۰۰۰ تومان

لیتوگرافی چاپ و صحافی: شریف

شمارگان: ۲۲۰ نسخه / قطع: رقعی

نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۸ / دوم ۱۴۰۱

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۲۳۶-۰۰

این اثر مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ است، هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

تهران: خیابان استاد مطهری - خیابان سلیمان خاطر (امیر اتابک) - کوچه اسلامی - شماره ۴/۲

کد پستی: ۱۵۷۸۶۳۵۸۳۱ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸ - ۸۸۸۱۲۰۸۳ تلفکس: ۸۸۸۴۲۵۴۳

تلفن دفتر پخش: ۶۶۴۷۶۳۷۵ - ۶۶۴۶۲۰۶۱ فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

فهرست مطالب

۹	مقدمه
۱۱	قدردانی
۱۳	فصل اول : کلیات
۱۳	مقدمه
۱۵	اهمیت ازدواج سالم
۱۷	رضایت زناشویی
۲۱	افزایش طلاق یک زنگ خطر!
۲۳	علل و انگیزه های طلاق
۲۶	فرزندان طلاق
۲۷	پیامدهای طلاق
۲۸	عواملی که موجب افزایش احتمال وقوع طلاق می شوند
۲۹	عواملی که موجب کاهش احتمال وقوع طلاق می شوند
۳۱	فصل دوم : روابط و الگوها
۳۲	رابطه های انسانی رضایت بخش
۳۴	چهار الگوی ارتباطی
۳۴	چهار الگوی ارتباطی و ویژگی های شخصیتی
۳۵	ویژگی های رفتاری چهار الگوی ارتباطی (به صورت تطبیقی)
۳۸	پنج مهارت مهم ارتباطی
۴۳	ویژگی های مهارت های ارتباطی
۴۴	اثر بخشی مهارت های ارتباطی

۴۶	دوازده سد ارتباطی
۴۸	مهارت‌های زندگی

۵۳	فصل سوم: تفاوت‌های جنسیتی
۵۴	تفاوت‌های جنسیتی
۶۰	مردان مریخی، زنان ونوسی
۶۳	نقش دو جنسیتی روان‌شناختی
۶۵	تفاوت‌های جنسیتی در رفتار جنسی

۶۹	فصل چهارم: دلبستگی
۶۹	دلبستگی
۷۲	انواع دلبستگی
۷۶	آسیب‌شناسی روانی و دلبستگی
۷۸	سازگاری اجتماعی و دلبستگی
۸۱	روابط عاشقانه و دلبستگی
۸۳	تعهد زناشویی و دلبستگی
۸۶	رضایت زناشویی و دلبستگی
۸۸	میل جنسی و دلبستگی

۹۳	فصل پنجم: شخصیت
۹۳	شخصیت
۹۶	صفات شخصیتی و روابط زناشویی
۱۰۰	تیپ‌های شخصیتی
۱۰۲	اختلال شخصیت و ازدواج نامناسب

۱۰۷	فصل ششم: هوش هیجانی
۱۰۷	هوش هیجانی

۱۰۹	هوش هیجانی و رضایت زناشویی
۱۱۴	خودآگاهی
۱۱۵	اهمیت و ضرورت مهارت خودآگاهی
۱۱۷	همدلی
۱۱۸	تعارض
۱۲۱	سبک‌های حل تعارض
۱۲۱	سبک‌های غیر مؤثر
۱۲۲	سبک مؤثر
۱۲۳	اهمیت حل مسئله

۱۲۵	فصل هفتم: آشنایی
۱۲۵	مقدمه
۱۲۸	فواید آشنایی
۱۳۰	محدودیت‌های آشنایی
۱۳۱	ده اشتباه در فرایند آشنایی

۱۴۱	فصل هشتم: دوست داشتن و حساسیت بین فردی
۱۴۲	شباهت و جاذبه
۱۴۴	جاذبه‌ی بدنی
۱۴۶	دوست داشتن و احساس ارزشمندی
۱۴۹	متضادهای یکدیگر را جذب می‌کنند
۱۵۲	روابط مبادله‌ای و روابط تعاونی
۱۵۲	صداقت، خودافشایی و دوست داشتن

۱۵۷	فصل نهم: عشق و ناهشیار
۱۵۷	تعریف عشق
۱۵۸	عشق داستان است

چند نظریه‌ی دیگر	۱۶۴
بازگشت به خانه یا فرار از خانه	۱۶۷
تأثیر روابط موضوعی بر انتخاب عشقی	۱۷۰
انتخاب عشقی و تکمیل کار ناتمام کودکی	۱۷۳
شناخت و هیجان در افراد عاشق	۱۷۷
ویژگی‌های فرد عاشق	۱۷۹
افسانه‌هایی درباره‌ی عشق	۱۸۰
افسانه‌ی ۱: عشق حقیقی بر هفت‌می مشکلات غلبه خواهد کرد	۱۸۱
افسانه‌ی ۲: همسر ایده‌آل همه‌ی نیازهای ما را درک و برآورده می‌سازد	۱۸۲
افسانه‌ی ۳: جاذبه‌ی جنسی همان عشق است	۱۸۳
 فصل دهم: انتخاب آگاهانه	۱۸۵
آیا ازدواج ساده است؟	۱۸۶
آیا عشق کافی است؟	۱۸۷
تا چه حد به مسائل ظاهری توجه کنیم؟	۱۸۸
دلایل درست و نادرست ازدواج	۱۸۹
افرادی که برای ازدواج مناسب نیستند	۱۹۵
افرادی که برای ازدواج با یکدیگر مناسب نیستند	۲۰۴
۱- تفاوت سنی زیاد با یکدیگر	۲۰۴
۲- تفاوت دینی یا مذهبی با یکدیگر	۲۰۶
۳- تفاوت‌های اجتماعی، قومی و تحصیلی با یکدیگر	۲۰۶
۴- دختر دادن و دختر گرفتن از یک خانواده	۲۰۷
۵- افرادی که از یکدیگر دور هستند	۲۰۷
ده نوع رابطه که سرانجامی نخواهند داشت	۲۰۸
علائم هشداردهنده‌ی ازدواج	۲۰۹
معیارهای ازدواج موفق	۲۱۰
پیش‌بینی‌کننده‌های ازدواج موفق	۲۱۳

مقدمه

بنام حضرت دوست

قدمت عشق و دلدادگی شاید به طول تاریخ بشریت است. در طول سال‌ها و قرن‌ها محتوای جذاب‌ترین قصه‌ها، داستان‌ها، شعرها، به نوعی بادل سپردن و دل گرفتن در پیچیده است. گویی که این موضوع جذبه‌ای سحرانگیز و پایان نایافتنی برای آدمیان دارد و این همه بی حکمت نیست که خداوند حکیم از نشانه‌های قدرتش، مهر و مودتی می‌داند که بین زن و مرد قرار داده است.^۱

عشق و دلدادگی در اصولی‌ترین، قانونمندترین، هدفمندترین و پذیرفته‌ترین شکل خود در چهارچوب یک ازدواج سالم و موفق ظاهر می‌شود. و شاید از این روست که علی‌رغم همه تغییرات سریع اجتماعی، دگرگونی نقش‌های جنسیتی و باز تعریف‌هایی که در مورد کارکردهای خانواده صورت گرفته هنوز هم تقریباً در سرتاسر جهان انسان‌ها گرایش و اقبال ویژه‌ای به ازدواج نشان می‌دهند.

اینک در قرن بیست و یکم بیش از هر زمان دیگری بهره مندی از یک ازدواج سالم و پایدار دشوار می‌نماید. افزایش روزافزون آمار طلاق،

جدایی و طلاق عاطفی، متخصصان این رشته را به تکاپو انداخته که واقعا راز یک ازدواج موفق چیست؟ چگونه می‌توان از طلاق پیشگیری کرد؟ چگونه می‌توان به انسان‌ها برای داشتن یک زندگی زناشویی شاد و رضایت بخش کمک کرد؟

خوشبختانه در سال‌های اخیر کتاب‌های زیادی در این زمینه نوشته شده است. کتاب پیش رو نیز یکی از این کتاب‌هاست که به همت مؤلفین مستعد و خوش ذوق روان‌شناسی تالیف و تدوین شده است. این کتاب با نثری ساده و روان از مهارت‌های لازم برای ازدواج سخن می‌گوید. الگوهای ارتباطی و چگونگی برقراری ارتباط موثر با همسر، تفاوت‌های زن و مرد، خودآگاهی و هوش هیجانی، دلبستگی و همدلی، عشق و جاذبه بین فردی و راه‌های پیشگیری از طلاق از موضوعاتی هستند که در این کتاب مورد بررسی قرار می‌گیرند.

امیدوارم کتاب حاضر علاوه بر اینکه بتواند گره‌گشای مشکلات زوج‌های جوان بوده و آنان را برای رسیدن به یک زندگی زناشویی پربار، شاد و رضایت بخش یاری رساند، انگیزه و مشوقی برای دانشجویان و دانش‌آموختگان رشته‌های روان‌شناسی و مشاوره در جهت پرداختن به مسایل و مشکلات اجتماعی باشد.

دکتر نیلوفر میکائیلی

استاد گروه روان‌شناسی دانشگاه محقق اردبیلی

اردبیل / مشاور و درمانگر خانواده