

۱۴۰۲/۵/۹  
هوالمعلم

# مشاوره‌ی طلاق

راهنمای روان‌شناسان و مشاوران

www.ketab.ir

دکتر شهربانو قهاری

(روان‌شناس بالینی و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران)

دکتر جعفر بواله‌ری

(استاد گروه روان‌پزشکی انستیتو روان‌پزشکی تهران)



سرشناسه: قهاری، شهربانو، ۱۳۴۶ -  
عنوان و نام پدیدآور: مشاوره‌ی طلاق: راهنمای روان‌شناسان و مشاوران/شهربانو  
قهاری، جعفر بواله‌ری.  
مشخصات نشر: تهران: دانش، ۱۳۹۵.  
مشخصات ظاهری: ۳۶۸ص، ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.  
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰۱-۳۴-۹  
وضعیت فهرست نویسی: فیفا  
یادداشت: چاپ قبلی: نشر قطره، ۱۳۹۳.  
یادداشت: واژه نامه. کتابنامه. نمایه.  
موضوع: طلاق — جنبه‌های روان‌شناسی  
موضوع: مشاوره طلاق  
شناسه افزوده: بواله‌ری، جعفر، ۱۳۲۷ -  
زده بندی کنگره: ۱۳۹۵ م ۱۳۹۵/ق ۱۴/۱۴ HQ  
زده بندی دیوبی: ۱۵۵/۹۳  
زده بندی ملی: ۴۱۹۰۸۹۸

|                                               |
|-----------------------------------------------|
| عنوان: مشاوره‌ی طلاق                          |
| مؤلف: دکتر شهربانو قهاری - دکتر جعفر بواله‌ری |
| صفحه آرا: فرزانه هاشملو                       |
| مدیر تولید: داریوش سازمند                     |
| ناشر: دانش                                    |
| لیتوگرافی و چاپ: چاووش/ ایده آل               |
| شمارگان: ۸۸۰ نسخه                             |
| قطع: رقعی                                     |
| نوبت چاپ: نهم ۱/۴۰۱ / دهم ۱۴۰۲                |
| شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۲۵۰-۱۳۴-۹                       |

این اثر بمقتضای 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 بخش 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: ۱۵۷۸۶۳۵۸۱ صندوق پستی: ۴۱۶۶-۱۴۱۵۵ تلفن: ۸۸۸۴۶۱۴۸-۸۸۸۱۲۰۸۳ تلفکس: ۸۸۸۴۲۵۴۳  
تلفن دفتر بخش: ۶۶۴۷۶۳۷۵-۶۶۴۶۲۰۶۱ فکس: ۶۶۴۷۶۳۸۹

قیمت: ۳۱۰۰۰۰ تومان



|     |                                        |
|-----|----------------------------------------|
| ۷   | مقدمه                                  |
| ۹   | فصل ۱. خانواده و طلاق                  |
| ۲۹  | فصل ۲. علل طلاق                        |
| ۵۵  | فصل ۳. واکنش‌های هیجانی به طلاق        |
| ۷۷  | فصل ۴. واکنش‌های هیجانی کودکان به طلاق |
| ۹۷  | فصل ۵. سازگاری با طلاق                 |
| ۱۱۵ | فصل ۶. مشاوره‌ی طلاق                   |
| ۱۳۷ | فصل ۷. فنون مشاوره‌ای                  |
| ۱۵۵ | فصل ۸. فنون رفتاری                     |
| ۱۶۷ | فصل ۹. بازسازی شناختی                  |
| ۲۰۵ | فصل ۱۰. سوگواری                        |
| ۲۲۷ | فصل ۱۱. بخشش                           |
| ۲۵۱ | فصل ۱۲. آموزش مهارت‌ها                 |
| ۲۸۵ | فصل ۱۳. راهبردهای تحمل پریشانی         |
| ۳۰۱ | فصل ۱۴. والدینی مؤثر                   |
| ۳۳۱ | فصل ۱۵. ازدواج مجدد                    |
| ۳۵۹ | منابع                                  |

## مقدمه

در سال‌های اخیر، مراجعان طلاق بخش قابل توجهی از مراجعان کلینیک‌های روان‌پزشکی و روان‌شناسی را تشکیل می‌دهند و مدیریت این گروه از مراجعان، یکی از چالش‌های درمانی محسوب می‌شوند. قبل از هر چیز مشاوران و درمانگران با مراجعان طلاق را طبقه‌بندی کنند. این مراجعان به چهار دسته تقسیم می‌شوند: گروه اول کسانی هستند که از مشکلات زناشویی حاد و مزمن رنج می‌برند و تحت تأثیر فشار روانی ناشی از آن به ستوه آمده‌اند و به فکر طلاق افتاده‌اند؛ قلباً مایل به طلاق نیستند و بیشتر به رفع مشکلات و بهبود وضعیت زناشویی تمایل دارند. این گروه مراجعان طلاق نیستند و باید برای زوج‌درمانی معرفی شوند. گروه دوم افراد در آستانه‌ی طلاق هستند اما هنوز تصمیم جدی و مشخصی برای طلاق نگرفته‌اند. گروه سوم افراد مصمم به طلاق هستند اما برای تصمیم‌گیری در مورد مسائل جانبی به راهنمایی احتیاج دارند و گروه چهارم کسانی هستند که مدت‌ها قبل از همسرشان جدا شده‌اند و برای سازگاری با مشکلات پس از طلاق مراجعه کرده‌اند.

شیوه‌ی کار با سه دسته از مراجعان طلاق متفاوت است: به گروه دوم که اغلب با هم مراجعه می‌کنند باید کمک کرد تا تصمیم درستی بگیرند مبنی بر اینکه به زندگی زناشویی‌شان ادامه دهند یا به آن پایان بخشند.

گروه سوم کسانی هستند که به یادگیری مهارت‌هایی نیازمندند تا بتوانند با چالش‌های طلاق کنار بیایند و فرایند سوگواری پس از طلاق را به خوبی سپری کنند.

گروه چهارم کسانی هستند که بنا به دلایلی نتوانسته‌اند با مشکلات پس از طلاق کنار آیند. آن‌ها به یادگیری مهارت‌هایی برای کنار آمدن با مشکلات ناشی از طلاق (سوگ حل نشده، مشکلات مالی، مشکلات ارتباطی و...) نیازمندند، گروه سوم و چهارم اغلب به تنهایی و گروه دوم معمولاً به هر دو مراجعه می‌کنند. طبقه‌بندی مراجعان به شما کمک می‌کند تا راهبردهای مناسبی را در رابطه با هر یک از این سه گروه به کار گیرید. به کلیه‌ی مراجعان طلاق باید کمک کرد تا تصمیم درستی بگیرند و در صورتی که زندگی‌شان به طلاق کشیده شد، فرایند سوگواری پس از طلاق را به خوبی سپری کنند. آن‌ها نیازمند یادگیری مهارت‌های زندگی، مهارت‌های والدینی و مهارت‌های حل‌پیشانی و هیجانات منفی و مهارت بخشش هستند. یادگیری این مهارت‌ها به آنان کمک می‌کند تا با خود به صلح و آرامش برسند، از وابستگی به طرف مقابل رها شوند، هویت جداگانه‌ای به عنوان فردی مستقل و مجدد پیدا کنند و خود را برای زندگی مجردی جدید و یا ازدواج مجدد آماده کنند. در این کتاب فنون و راهبردهایی برای دستیابی به اهداف بالا ارائه شده است. مطالعه‌ی این کتاب را به مشاوران، درمانگران، دانشجویان، دستیاران و زوج‌های طلاق توصیه می‌کنیم و منتظر شنیدن پیشنهادات و انتقادات شما هستیم. در صورت تمایل به نشانی زیر نامه بفرستید و یا با انتشارات دانژه تماس بگیرید.

michka2004@Gmail. com

دکتر جعفر بوالهروی و دکتر شهربانو قهاری - بهار ۱۳۹۵