

پیشگیری از طلاق عاطفی و تحکیم خانواده

نویسندگان:

اعظم چوپان پور

(روانشناس و درمانگر)

عباس علیرضائی

انتشارات رویش بهاری

(rooyeshebahari)

| | |
|----------------------|--|
| سرشناسه | : چوپان پورنیدان، اعظم، ۱۳۵۳- |
| عنوان و نام پدیدآور | : پیشگیری از طلاق عاطفی و تحکیم خانواده توسط نویسندگان اعظم چوپان پور، عباس علیرضایی؛ ویراستار سعیده شاطری |
| مشخصات نشر | : کرج: رویش بهاری، ۱۴۰۳. |
| مشخصات ظاهری | : ۸۱ ص: جدول |
| شابک | : ۰ - ۹ - ۹۱۷۲۴ - ۶۲۲ - ۹۷۸. |
| وضعیت فهرست‌نویسی | : فیبا |
| موضوع | : زناشویی - ارتباط - جنبه‌های روان‌شناسی |
| موضوع | : Communication in marriage - Psychological aspects |
| شناسه افزوده | : علیرضایی، عباس، ۱۳۵۱- |
| رده‌بندی کنگره | : HQ۷۴۳ |
| رده‌بندی دیویی | : ۳۰۶/۸۱ |
| شماره کتاب‌شناسی ملی | : ۹۶۸۲۶۴۷ |

پیشگیری از طلاق عاطفی و تحکیم خانواده

عنوان: پیشگیری از طلاق عاطفی و تحکیم خانواده

نویسنده: اعظم چوپان پور، عباس علیرضایی

ویراستار: سعیده شاطری

ناشر: رویش بهاری

مدیر تولید: امیر حیدری

شابک: ۰ - ۹ - ۹۱۷۲۴ - ۶۲۲ - ۹۷۸.

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

۹۰۰۰۰ تومان

شناسه: ۱۴۲۲

نوبت چاپ: اول تابستان ۱۴۰۳

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است.

تهران، خیابان انقلاب، پلاک ۱۲۷۸، واحد ۹ - تلفن: ۲۶۶۳۱۳۸۷ - همراه: ۰۹۳۹۸۱۰۵۹۹۳



فهرست مطالب

| عنوان | صفحه |
|--|------|
| نشانه‌های طلاق عاطفی..... | ۹ |
| مرور و تحلیل مسائل مراجعین در کلینیک تخصصی روانشناسی (۱)..... | ۱۳ |
| علل رسیدن به طلاق عاطفی..... | ۱۷ |
| مرور و تحلیل مسائل مراجعین در کلینیک تخصصی روانشناسی (۲)..... | ۲۱ |
| عوامل موثر در نشاط رابطه زوجین..... | ۲۵ |
| مرور و تحلیل مسائل مراجعین در کلینیک تخصصی روانشناسی (۳)..... | ۳۱ |
| تکنیک‌های تقویت ارتباط موثر با همسر..... | ۳۳ |
| ۱۰ تکنیک کاربردی..... | ۳۵ |
| م رور و تحلیل مسائل مراجعین در کلینیک تخصصی روانشناسی (۴)..... | ۴۳ |
| راههای مقابله با طلاق عاطفی..... | ۴۹ |
| طلاق عاطفی؛ علل و عوامل هشداردهنده آن..... | ۵۳ |
| ضرورت آموزش‌های پیش از ازدواج و آموزش‌های خانواده و زناشویی..... | ۵۷ |
| مرور و تحلیل مسائل مراجعین در کلینیک تخصصی روانشناسی (۵)..... | ۶۵ |
| پرسشنامه سازگاری زناشویی اسپانیر..... | ۷۱ |



به نام پیوند دهنده قلبها

در چندین سال تجربه مشاوره و درمانگری خود، با زوج‌های بسیاری در کلینیک روانشناسی، برخورد نمودم که در ابتدای آشنایی خود، عاشقانه یکدیگر را بعنوان شریک زندگی تا پایان عمر انتخاب نموده بودند و بهترین یار خود را بین هزاران برگزیده بودند، اما چندی پس از زندگی مشترک خود از هم سرد شده و فاصله عاطفی گرفته بودند. به مرور به حدی این فاصله بیشتر و عمیقتر شده بود که دیگر نمی‌توانستند یکدیگر را تحمل کنند، هنگام شکوه از هم اشک می‌ریختند و اظهار می‌کردند ما فقط به خاطر وجود بچه‌ها تا الان با هم زندگی کردیم اما دیگر نمی‌تونیم... .

همیشه برایم این سوال پیش می‌آمد که برآستی چرا عشق به این زیبایی، با این تقدس آسمانی به این نفرت تبدیل می‌شود؟

ای کاش اینطور نمی‌شد!

ای کاش زوجین از ابتدای عاشقی اصول ارتباطی همسران را بیاموزند تا هرگز، حسرت و نفرت و نابودی بنیان خانواده‌ها پیش نیاید! تا چه زمانی زوجین باید بعد از شروع زندگی مشترک و گاهی بعد تولد فرزند، به اشتباه در انتخاب همسر پی ببرند و دائم در اتاق مشاوره اقرار به شتاب در برخورد نامناسب با همسر یا خانواده همسر داشته باشند؟ من بعنوان روانشناس بر خود وظیفه دانستم تا تجارب چند سال مطالعه و تحقیق و تفحص عملی در کلینیک تخصصی روانشناسی را در

اختیار زوجین جوان و نیز میانسال و حتی مسن قرار بدهم تا نرمش در افکار و سپس کنترل عواطف منفی و سپس مهار رفتار را بیاموزند و این آموزش را به نسل‌های بعد از خود نیز انتقال دهند تا با یاری پروردگار متعال، به مرور به تحکیم خانواده و حفظ روابط عاشقانه همچون روزهای نخست آشنایی کمک شایانی نمائیم.



به جای مقدمه

با سپاس از سه وجود مقدس

با احترام تقدیم محضر ارزشمند مادر فداکار و مُشوق عزیزم، به خاطر همه تلاش‌های محبت‌آمیزی که در دوران مختلف تحصیلی‌ام، انجام داده و هر لحظه وجودم را از چشمه سار پر از عشق چشمانش سیراب می‌کنند... و نیز زنده‌یاد پدر ارجمندم که همواره آرامش روحی و آسایش فکری فراهم می‌نمود و با حمایت‌های همه‌جانبه عامل مهمی در طی مراتب تحصیلی‌ام، به نحو احسن بودند...

آنان که ناتوان شدند تا ما به توانایی برسیم...

موهایشان سپید شد تا ما روسفید شویم...

به پاس قدردانی از قلبی آکنده از معرفت، عاطفه سرشاری که هرگز فروکش نمی‌کند و تحقیق و پژوهش‌های ارزشمند همسر همراه و فهیم؛ عباس علیرضائی که در تألیف و تدوین کتاب و تحقیقات مشابه علمی بسیار همراهی نمودند...

سه وجود عزیز و مقدس زندگی‌ام با یاری و خدمت سرشار از شور و نشاط همراه و همسو با رشد و شکوفایی گلشن علم و دانش، با گرمای امید بخش محبت و کرامتی چون خورشید، سرزمین دل را روشنی بخشیدند و بهترین پشتیبان و روشنگر راهم بوده‌اند، به پاس قلب‌های بزرگشان که فریادرس است و سرگردانی و ترس در پناهشان به شجاعت می‌گراید، این مجموعه را با تواضع و تعظیم، تقدیم‌شان نموده و کمال تشکر و قدردانی را از حضورشان دارم.