



www.Ketab.ir

سرشناسه	:	نورعلیزاده میانجی، مسعود، ۱۳۵۷
عنوان و نام پدیدآور	:	سلامت و اختلال جنسی همسران: رویکردی اسلامی و روان‌شناختی / مسعود نورعلیزاده میانجی؛ زیر نظر علی ابوترابی.
مشخصات نشر	:	قم: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی <small>علیه السلام</small> ، ۱۳۹۰
مشخصات ظاهری	:	۸۰۱ص.
شابک	:	۹۷۸-۶۰۰-۴۴۴-۱۶۸-۱
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیا.
موضوع	:	امور جنسی - اختلالات.
موضوع	:	Sexual disorders
موضوع	:	زناشویی -- مسائل جنسی -- جنبه‌های مذهبی - اسلام.
موضوع	:	Sex in marriage -- Religious aspects - Islam
سنساسة افزوده	:	ابوترابی، علی.
سنساسة افزوده	:	مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی <small>علیه السلام</small>
ده‌بندی کنگره	:	س۸/۹ن/۵۵۷RC
ده‌بندی دیوبی	:	۸۵۸۳/۶۱۶
سمارة کتاب‌شناسی ملی	:	۵۲۳۷۴۷۹

سلامت و اختلال جنسی همسران

رویکردی اسلامی و روان‌شناختی

مسعود نورعلیزاده میانجی

زیر نظر علی ابوترابی

انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

۱۳۹۷

WWW.Ketab.ir



شمارهٔ ردیف ۱۴۰۳
شمارهٔ موضوعی روان‌شناسی - ۱۱۰
۱۳۹۷-۲۳

■ سلامت و اختلال جنسی همسران: رویکردی اسلامی و روان‌شناختی

- مؤلف: مسعود نورعلیزاده میانجی
- ناشر: انتشارات مؤسسهٔ آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام
- چاپ: نگارش
- نوبت و تاریخ چاپ: اول، تابستان ۱۳۹۷
- شمارگان: ۵۰۰
- قیمت: ۵۶۰۰۰ تومان

- دفتر مرکزی: قم، خیابان شهدا، کوی ممتاز، پلاک ۳۸
تلفن و نمابر: ۰۲۵-۳۷۷۴۲۲۲۶
- شعبه تهران: خیابان انقلاب، بین خیابان ۱۲ فروردین و شهید منیرى جاوید، ساختمان شماره ۳۱۰، طبقه سوم، واحد ۱۱۲
تلفن و نمابر: ۰۲۱-۶۶۴۶۶۱۲۱
- شعبه مؤسسه امام خمینی (ره): قم، بلوار امین، بلوار جمهوری اسلامی، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)
تلفن: ۰۲۵-۳۲۱۱۳۶۲۹

فهرست مطالب

۱۹.....	مقدمه، جاوید پرویش
۲۲.....	پیشگفتار
فصل اول: مسائل جنسی همسران، سلامت و اختلال آن (کلیات و مفاهیم)	
۲۷.....	مقدمه
۲۹.....	بیان مسئله، اهداف و ضرورت
۳۳.....	غریزه جنسی؛ دیدگاه‌های مختلف و بند آن
۳۵.....	۱. دیدگاه‌های تفریطی و تقدس‌مآبانه
۳۶.....	۲. دیدگاه‌های افراطی و لذت‌گرایانه غربی
۴۰.....	نیاز جنسی و ویژگی‌های آن با نگرش به آموزه‌های اسلامی
۴۴.....	۱. عدم پلیدانگاری و سرکوبی غریزه جنسی
۴۸.....	۲. پرهیز از ارضای افراطی و بدون چارچوب
۴۹.....	بازشناسی مفاهیم تربیت جنسی، آموزش جنسی و اخلاق جنسی
۵۰.....	۱. تربیت، مفهومی عام‌تر از آموزش
۵۰.....	۲. تربیت جنسی
۵۱.....	۳. آموزش جنسی
۵۳.....	۴. اخلاق جنسی

- بازشناسی مفاهیم سلامت جنسی، اختلال جنسی و انحراف جنسی ۵۵
۱. سلامت جنسی ۵۵
۲. اختلال جنسی ۵۶
۳. انحراف جنسی ۵۸
- روابط جنسی همسران و نقش آن در سلامت خانواده ۶۰
۱. تأثیر انحرافات جنسی در ناسازگاری‌های زناشویی ۶۱
۲. تأثیر نارسایی‌های جنسی در ناسازگاری‌های زناشویی ۶۱
۳. جایگاه روابط جنسی، مشارکت جویانه و پیامدهای ارضای یک‌سویه ۶۳
۴. ارتباط کیفیت جنسی با رضایت زناشویی ۶۴
۵. آرامش در پرو پوند زناشویی و جنسی ۶۶

فصل دوم: ویژگی‌ها و تفاوت‌های رفتار جنسی در همسران

- مقدمه ۷۱
- ویژگی‌های روان‌شناختی زن و مرد و تأثیر آن بر سلامت و اختلال جنسی ۷۶
- نیازشناسی همسران و نقش روابط متناسب با آن در رضایت جنسی ۸۲
- نیازهای جنسی متفاوت زن و مرد ۸۸
۱. نیازهای زن ۹۰
- ۱-۱. محبوبیت و دل‌بستگی؛ مهم‌ترین نیاز زن ۹۲
- ۱-۲. نیاز به ارتباط و پیوندجویی ۹۵
- ۱-۳. نیاز به ارزشمندی و امنیت‌خواهی ۹۸
۲. نیازهای مرد ۱۰۱
- ۲-۱. کشش قوی و تنوع‌خواهی جنسی ۱۰۱
- ۲-۲. نیاز به مقبولیت، اقتدار و تبعیت‌پذیری ۱۰۳
- ۲-۳. نیاز به عشق‌ورزی و هیجان‌خواهی ۱۰۶

- رفتارها و پاسخ‌های جنسی زن و مرد ۱۰۹
۱. مراحل پاسخ جنسی یا شکل‌گیری رفتار جنسی ۱۱۱
- ۱-۱. مرحله میل جنسی ۱۱۴
- ۱-۲. مرحله برانگیختگی یا تهییج جنسی ۱۱۵
۳. مرحله ثبات یا کف‌ای ۱۱۶
- ۱-۴. مرحله اوج لذت جنسی (ارگاسم) ۱۱۷
- ۱-۱. مرحله فرونشینی ۱۱۸
۲. تفاوت زن و مرد در پاسخ‌های جنسی ۱۱۹
۳. نکته‌های ویژه و کاربردی چرخه جنسی همسران ۱۲۱
- عوامل مؤثر بر رفتار جنسی ۱۲۳
۱. عوامل روانی - جنسی ۱۲۵
- ۱-۱. جنسیت ۱۲۶
- ۱-۲. هویت جنسی ۱۲۶
- ۱-۳. نقش جنسی ۱۲۷
- ۱-۴. گرایش جنسی ۱۲۹
۲. عوامل زیستی و فیزیولوژیکی ۱۲۹
۳. عوامل روان‌شناختی و شخصیتی ۱۳۳
۴. عوامل تربیتی و خانوادگی ۱۳۴
۵. عوامل فرهنگی و اجتماعی ۱۳۷
۶. عوامل دینی و مذهبی ۱۳۶
- تفاوت زن و مرد در کمیت و کیفیت تمایلات جنسی ۱۳۸
- راه‌ورسم هم‌داستانی و هماهنگی جنسی همسران ۱۴۲
۱. پذیرش جنبه‌های مردانگی و زنانگی خویشتن ۱۴۳

۲. به رسمیت شناختن تفاوت‌های جنسیتی ۱۴۶
۳. تغییر نگرش‌ها و روان‌بدها ۱۴۸
۴. تفاهم و همراهی، نه یک‌سانی و مساوات‌طلبی ۱۵۱
۵. به دست داشتن کلید مخصوص اتاق جنسی همسر ۱۵۴
۶. کم‌کم ای آرد در کم کردن فاصله‌ها ۱۵۵
۷. مشارکت فعالانه زن و شوهر ۱۵۷
۸. سودباوری جنس زنان و شکوفاسازی آن ۱۵۸
۹. زناشویی به سبک زنانه اسلامی ۱۶۰
۱۰. جای‌گزین‌ها از اصل جویی مشترک ۱۶۷
۱۱. خودآگاهی و خوبایی در ماهنگی جنسی ۱۶۸
۱۲. خودتنظیمی در نیازها و رفتار جنسی طبیعی ۱۶۹
۱۳. برخورد سنجیده با نیازهای همسر ۱۷۰
۱۴. فراهم کردن شرایط روانی مناسب ۱۷۳
۱۵. گفت‌وگوهای درگوشی ۱۷۴
۱۶. تقویت جنبه‌های مختلف روابط جنسی ۱۷۶

فصل سوم: نظام فقهی، حقوقی و اخلاقی خانواده و نقش آن در سلامت جنسی

همسران

- مقدمه ۱۸۱
- بازشناسی مفهومی و تمایز نظام فقهی و حقوقی و نظام اخلاقی ۱۸۳
۱. مفهوم‌شناسی نظام اخلاقی ۱۸۳
۲. مفهوم‌شناسی نظام فقهی و حقوقی ۱۸۳
۳. رابطه و تمایز اخلاق با فقه و حقوق ۱۸۴
۴. هماهنگی‌های اخلاق با فقه و حقوق ۱۸۹

۵. تقدم اخلاق بر فقه و حقوق خانواده.....	۱۹۰
۶. نظام حقوقی؛ نظام حداقلی زندگی (تحلیل و ارزیابی).....	۱۹۲
حاکمیت نظام اخلاقی، نظام مطلوب زناشویی.....	۱۹۵
نقش نظام فقهی، حقوقی و اخلاقی در سلامت جنسی همسران.....	۱۹۷
۱. سلامت در مشکلات و اختلالات جنسی.....	۱۹۷
۲. درمانی از نابهنجاری‌ها و انحرافات جنسی.....	۲۰۰
نقش قوانین فقهی، حقوقی در تنظیم روابط جنسی همسران.....	۲۰۱
تحلیل روابط اخلاقی، نظام اخلاقی با تأمین نیازهای عاطفی و جنسی.....	۲۰۲
هماهنگی نظام فقهی، حقوقی و اخلاقی با نظام روانی.....	۲۰۶
حقوق جنسی همسران (نظام فقهی، حقوقی و اخلاقی متقابل زن و شوهر).....	۲۰۷
۱. حقوق جنسی متفاوت، اساس نیازهای جنسی.....	۲۰۸
۲. حسن معاشرت؛ مهم‌ترین وظیفه همسران.....	۲۰۹
۲-۱. لوازم و ملاک‌های حسن معاشرت.....	۲۱۲
۲-۱-۱. زندگی زیر یک سقف و هم‌بستری.....	۲۱۲
۲-۱-۲. تعامل سازنده و خوش‌رفتاری.....	۲۱۴
۲-۱-۳. روابط جنسی و کامیابی.....	۲۱۵
۲-۱-۴. رعایت نقش‌های همسری و فروتنی.....	۲۱۸
۲-۱-۵. فراهم‌سازی نیازمندی‌ها و حقوق.....	۲۲۰
۲-۱-۶. رفتار کریمانه و فداکارانه.....	۲۲۲
۲-۲. ارزش‌های معنوی و اخلاقی در نظام حداکثری آن.....	۲۲۱
راه سامان‌دهی به نظام فقهی، حقوقی و اخلاقی.....	۲۲۳
گام اول: حل مسئله درون‌خانوادگی.....	۲۲۵
۱. مرحله گفت‌وگوهای پندآمیز.....	۲۲۵

- ۲۲۶..... ۲. مرحله کم‌توجهی و بی‌اعتنایی
- ۲۲۷..... ۳. مرحله سخت‌گیری و تنبیه مؤثر
- ۲۲۹..... گام دوم: حل مسئله فراخانوادگی و قانونی
- ۲۲۹..... ۱. پادرمیانی بزرگان و افراد مورد اعتماد و آگاه
- ۲۲۹..... ۲. خواص از مراجع قضایی
- ۲۳۱..... ۳. روشه‌های بالینی

فصل چهارم: دانش جنسی و مهارت‌های سلامت‌بخشی به آن

- ۲۳۵..... مقدمه
- ۲۳۷..... دانش جنسی
- ۲۳۹..... ۱. نگرش به رفتار جنسی
- ۲۴۵..... ۲. آموزش جنسی و نقش آن در سلامت جنسی
- ۲۴۸..... ۳. برنامه‌های آموزش جنسی و ویژگی‌های آن
- ۲۵۱..... ۴. نقش و وظایف نهادهای اجتماعی در آموزش جنسی
- ۲۵۶..... مهارت‌های جنسی
- ۲۵۷..... ۱. مهارت‌های شناختی
- ۲۶۱..... ۱-۱. مقابله با باورهای نادرست و خطاهای شناختی
- ۲۶۲..... ۱-۲. دانش روانی - فیزیولوژیکی
- ۲۶۹..... ۲. مهارت‌های عاطفی و ارتباطی
- ۲۷۱..... ۳. مهارت‌های رفتاری
- ۲۷۷..... ۳-۱. مهارت‌های رفتاری پیش از آمیزش
- ۳۰۶..... ۳-۲. مهارت‌های هنگام آمیزش
- ۳۲۳..... ۳-۲-۱. داشتن آمیزش پخته
- ۳۲۴..... ۳-۲-۲. آمیزش سریع (ناپخته) گاه‌گاهی

- ۳-۲-۳. کامجویی‌ها و لذت‌بری‌های غیرآمیزشی (غیردخولی)..... ۳۲۵
- ۳-۲-۴. نکات درخور توجه هنگام آمیزش..... ۳۲۷
- ۳-۳. مهارت‌های رفتاری پس از آمیزش..... ۳۲۹
- آداب اسلامی آمیزش..... ۳۳۲
- حدیث جامع نبوی در آداب آمیزش جنسی..... ۳۳۲
۲. آداب دیگر آمیزش جنسی..... ۳۳۹
- ۱-۱. شرایط معنوی..... ۳۳۹
- شرایط زمانی..... ۳۴۲
- ۲-۱-۱. زمان‌های مناسب آمیزش..... ۳۴۲
- ب) زمان‌های نامناسب آمیزش..... ۳۴۳
- ۲-۳. شرایط مکانی..... ۳۴۵
- ۲-۴. شرایط فیزیکی و کنشی..... ۳۴۷
- ۲-۴-۱. وضعیت بدن در هنگام آمیزش..... ۳۴۷
- ۲-۴-۲. حالات و کنش‌های همسران..... ۳۵۰
- مهارت‌های جنسی در موقعیت‌های خاص..... ۳۵۱
۱. رفتار جنسی در دوران نامزدی (عقد)..... ۳۵۱
- یادآوری..... ۳۵۵
۲. مهارت‌های جنسی در شب زفاف..... ۳۵۷
۳. رابطه جنسی در ایام عادت ماهیانه..... ۳۶۱
۴. حیات جنسی در دوران بارداری و پس از آن..... ۳۶۱
- ۴-۱. الگوهای مناسب آمیزشی در ایام بارداری..... ۳۷۱
- ۴-۲. بازیابی روابط پس از زایمان..... ۳۷۲
۵. حیات جنسی در بزرگسالی و سال‌خوردگی..... ۳۷۴

- ملاحظات ویژه در سلامت رفتار جنسی ۳۷۶
۱. توجه به ویژگی‌ها و تفاوت‌های جنسیتی ۳۷۶
 ۲. نقش‌های جنسیتی مناسب در روابط جنسی ۳۷۹
 ۳. ارتقای وضعیت زندگی زناشویی ۳۸۳
 - ۳-۱. تباطؤ لامبی ۳۸۵
 - ۳-۲. تباطؤ چشمی ۳۸۵
 - ۳-۳. ارتقاء لمس ۳۸۶
 ۴. مشارکت فعال همسر در لذت‌بری جنسی ۳۸۷
 ۵. همخواه‌گی در جنس ۳۹۲
 ۶. تفاهم در روابط جنسی ۳۹۴
 - جنبه‌ها و علل گوناگون عدم تفاهم جنسی ۳۹۴
 ۷. تعادل در روابط جنسی و پرهیز از زیاده‌روی‌ها ۳۹۶
 ۸. ارمغان‌های سلامت‌بخش جنسی پایدار ۳۹۹

فصل پنجم: اختلالات جنسی؛ انواع، عوامل و راه‌نموده‌ای درمانی

- مقدمه ۴۰۵
- تعریف و توصیف اختلالات جنسی ۴۰۷
- آسیب‌شناسی انواع اختلالات جنسی همسران ۴۰۸
- طبقه‌بندی انواع اختلالات یا نارسایی‌های جنسی ۴۱۲
۱. اختلالات جنسی مردان ۴۱۴
 - ۱-۱. اختلال نعوظی ۴۱۴
 - ۱-۲. انزال زودرس ۴۱۶
 - ۱-۳. انزال دیر هنگام ۴۱۸
 - ۱-۴. اختلال میل جنسی کم‌کار ۴۲۰

۴۲۱	۲. اختلالات جنسی زنان
۴۲۲	۲-۱. اختلال میل و برانگیختگی جنسی
۴۲۵	۲-۲. اختلال ارگاسمی (اوج لذت جنسی) زنانه
۴۲۶	۲-۳. اختلال درد / دخول تناسلی - لگنی
۴۲۷	۳. ارزیابی تشخیصی و جهت‌گیری‌های درمانی
۴۲۸	۱. مشکلات جنسی‌ای که در علل دیگر ریشه دارند
۴۲۹	۳-۲. تشخیص گذاری افتراقی و دقیق
۴۳۱	۳-۳. مدل ارزیابی جامع
۴۳۵	۳-۴. ابزارهای سنجش جنسی
۴۳۸	سبب‌شناسی (زمینه‌ها و عوامل) اختلالات جنسی
۴۴۰	۱. عوامل زیست‌شناختی جسمانی
۴۴۲	۱-۱. نارسایی‌ها و بیماری‌های جسم
۴۴۳	۱-۲. ضایعه‌های مغزی و نخاعی
۴۴۴	۱-۳. اختلالات هورمونی
۴۴۴	۱-۴. اختلالات جنسی مرتبط با عوامل جسمی
۴۴۴	۱-۴-۱. اختلال نعوظ مردان
۴۴۷	۱-۴-۲. اختلال درد جنسی زنان
۴۴۷	۲. عوامل روان‌شناختی و خانوادگی
۴۴۸	۲-۳. مشکلات و اختلالات روانی
۴۵۰	۲-۲. تعارضات کهنه گذشته
۴۵۴	۲-۳. مشکل ارتباطی همسران
۴۵۷	۲-۴. اختلالات جنسی مرتبط با عوامل روان‌شناختی
۴۵۷	۲-۴-۱. اختلال نعوظی و انزال زودرس

- ۴۶۰..... ۲-۴-۲. اختلال میل و برانگیختگی جنسی زنان
- ۴۶۱..... ۲-۴-۳. اختلال ارگاسمی زن
- ۴۶۲..... ۲-۴-۴. درد جنسی
- ۴۶۳..... ۳. عوامل فرهنگی، اجتماعی و محیطی
- ۴۶۵..... ویتامین و عوامل مؤثر در ازدواج به‌وصال‌نرسیده
- ۴۶۷..... راه‌بردها و رهنمودهای درمانی اختلالات جنسی
- ۴۶۷..... روی‌آوردها و راه‌های درمانی
- ۴۶۸..... ۱-۱. درمان زوجهی
- ۴۷۰..... ۱-۲. رفتاردرمانی
- ۴۷۱..... ۱-۳. گروه‌درمانی
- ۴۷۲..... ۱-۴. درمان جنسی تحلیل‌گرا
- ۴۷۲..... ۱-۵. درمان فرهنگ‌محور
- ۴۷۵..... ۱-۶. درمان زیستی
- ۴۷۶..... ۱-۷. درمان (طب) سنتی
- ۴۸۰..... ۲. پیش‌نیازهای اساسی درمان مشکلات و اختلالات جنسی
- ۴۸۰..... ۲-۱. درمان تعارضات کهنه روانی
- ۴۸۴..... ۲-۲. درمان اختلالات روانی
- ۴۹۰..... ۲-۳. درمان مشکلات ارتباطی همسران
- ۴۹۴..... ۲-۴. درمان در نظامی یک‌پارچه و منحصربه‌فرد
- ۴۹۶..... ۳. رهنمودهای درمانی برای اختلالات جنسی خاص
- ۴۹۶..... ۳-۱. اختلال نعوظی
- ۵۰۴..... ۳-۲. انزال زودرس
- ۵۰۶..... ۳-۲-۱. تکنیک‌های رفتاری درمان انزال زودرس

۵۰۶.....	الف) تکنیک «شروع کن - ایست»
۵۰۷.....	ب) تکنیک فشردن
۵۰۸.....	۲-۳. روش‌های روان‌درمانی در انزال زودرس
۵۰۹.....	الف) تکنیک تنش‌زدایی
۵۱۴.....	ب) تکنیک قصد متناقض یا متضاد
۵۱۵.....	ج) تکنیک تأمل‌زدایی
۵۱۷.....	۲-۳. اراد دیگر کمک‌درمانی
۵۱۹.....	۳-۳. درمان دیسپریا
۵۲۱.....	۱-۳-۲. درمان اختلال در میل و برانگیختگی جنسی زن
۵۳۰.....	۲-۳-۳. فنون درمان اختلال میل و برانگیختگی جنسی
۵۳۱.....	الف) تکنیک آگاه‌سازی عضو «خود افسشایی بدنی»
۵۳۲.....	ب) تکنیک همسان‌سازی سلامت‌های حیاتی
۵۳۳.....	ج) تکنیک «گزارش جزئیات»
۵۳۴.....	۴-۳. اختلال ارگاسمی زن
۵۴۴.....	۵-۳. درمان درد / دخول تناسلی
۵۴۹.....	بیوست: طرح درمانی یک اختلال جنسی
فصل ششم: انحرافات جنسی همسران؛ انواع، عوامل و رهنمودها	
۵۷۱.....	مقدمه
۵۷۶.....	تعریف و تبیین انحرافات جنسی
۵۸۰.....	آسیب‌شناسی انواع انحرافات جنسی همسران
۵۸۲.....	انواع نابهنجاری‌ها و انحرافات جنسی
۵۸۳.....	دسته‌بندی انواع انحرافات جنسی
۵۸۴.....	۱. زنا و خیانت جنسی

- ۱-۱. روسپیگری ۵۸۶
- ۱-۲. فاحشه‌گری ۵۸۶
- ۱-۳. زنا با محارم ۵۸۷
۲. هم‌جنس‌بازی (لواط و مساحقه) ۵۸۷
۳. نمایشگر ۵۸۸
۴. تماشاگری (چشم‌چرانی) و هرزه‌بینی ۵۸۸
۵. خودارضایی ۵۹۴
۶. سرزن‌بازی ۵۹۷
۷. آزارگری و آزارخواه جنسی ۵۹۸
۸. مبدل‌پوشی و یادگارخواهی ۶۰۰
۹. ناموس‌فروشی و سر ۶۰۱
۱۰. بچه‌بازی ۶۰۲
۱۱. دیگر انحرافات و روابط نامشروع ۶۰۳
- اعتیاد جنسی ۶۰۴
- نشانه‌های اعتیاد جنسی ۶۰۶
- روابط فرازناشویی ۶۰۷
۱. از بی‌وفایی تا خیانت همسران ۶۰۷
۲. از بی‌وفایی زنان تا خیانت مردان ۶۰۷
- ۱-۲. واکنش‌های متفاوت زنان و مردان در برابر بی‌وفایی و خیانت همسران ۶۰۷
- ۱۱ ۶۱۱
۲. ازدواج موقت و چالش‌های پیش روی آن ۶۱۳
۳. چندهمسری و چالش‌های پیش روی آن ۶۱۶
۴. بی‌وفایی اینترنتی ۶۲۲
- تأثیر انحرافات جنسی و ارتباطات غیراخلاقی بر روابط زناشویی ۶۲۳

- سبب‌شناسی (عوامل و زمینه‌های) آسیب‌ها و انحرافات جنسی ۶۲۷
۱. ضعف در مهارت‌های عفت‌ورزی و خودمهارگری جنسی ۶۳۴
 ۲. عدم ارضای نیازهای جنسی با همسر ۶۳۷
 ۳. نارضایتی از روابط عاطفی و ناسازگاری همسران ۶۴۱
 ۴. کاهش ایمان و معنویت و گرایش افزایشی به لذت‌جویی غریزی ۶۴۳
 ۵. باس بودن / طح عزت نفس (حرمت خود) ۶۴۵
 ۶. تنوع‌طلبی و زیاده‌خواهی ۶۴۶
 ۷. رفتارهای بازتانی و انتقام‌جویانه در برابر رابطه نامشروع همسر ۶۴۸
 ۸. قبح‌زدایی و نبود فرهنگ صحیح ارتباط بین محرم و نامحرم ۶۵۰
 ۹. باورهای نادرست ۶۵۲
 ۹. سهل‌انگاری و کاهش زندگی زینتی مثبت ۶۵۳
 ۱۰. تجربه‌های روابط دوستی و جنس‌اندیشه ۶۵۶
 ۱۱. رعایت نشدن الگوهای انتخاب همسر و حفظ توازن و کفویت ۶۵۷
 ۱۲. دوستان و سوسه‌گر، واسطه‌ها و دسیسه‌های شخصیت ۶۶۰
 ۱۳. کاهش حضور همسر ۶۶۲
 ۱۴. نیاز مالی و عدم خویش‌داری اقتصادی ۶۶۲
 - راهکارهای پیشگیری از انحرافات جنسی و مقابله با آن ۶۶۴
 ۱. عفت‌ورزی و خودمهارگری جنسی ۶۶۷
 - ۱-۱. راهکارهای نهادینه کردن عفت و خویش‌داری ۶۶۷
 - ۱-۲. مصون‌سازی در همه مراحل زندگی ۶۷۸
 ۲. تأمین نیازهای جنسی همسر ۶۸۰
 ۳. تأمین نیازهای عاطفی و روانی همسر ۶۸۴
 ۴. مقابله با تنوع‌طلبی و زیاده‌خواهی ۶۸۷

- ۴-۱. راهکارهایی برای رهایی از تنوع‌طلبی و زیاده‌خواهی ۶۹۰
- ۴-۲. توصیه‌های دیگر به افراد تنوع‌طلب و شهوت‌ران ۶۹۳
۵. غلبه بر عوامل انحراف همسران ۶۹۶
- ۵-۱. بحث ویژه دربارهٔ مقابله با هرزه‌نگاری و بی‌وفایی اینترنتی همسر ۷۰۱
- ۵-۲. راهکارهای غلبه بر انحراف خویش ۷۰۲
- ۵-۳. کارهای عملی پیشگیری از بی‌وفایی به همسر ۷۰۴
- ۵-۴. سخن با خانم‌های عاشق‌پیشه ۷۰۷
- ۵-۵. سخنی با آقایان تنوع‌طلب ۷۱۱
۶. ترمیم پیوند زخم‌خورده در خیانت همسر ۷۱۲
- ۶-۱. مراحل مداخله‌ای و درمانی ترمیم بی‌وفایی و خیانت همسر ۷۱۷
- ۶-۱-۱. مدیریت بحران و مقابله با شتاب‌زدگی و هیجانات منفی ۷۱۷
- ۶-۱-۲. اقدامات سنجیده در برخورد با مسئله ۷۱۸
- الف) به‌کارگیری اصل تغافل ۷۱۸
- ب) پرهیز از سوءظن و اتهام ناروا ۷۱۹
- ج) بررسی ابعاد قضیه و ریشه‌یابی آن ۷۲۰
- د) زمینه‌سازی برای توبه و بازگشت ۷۲۱
- ۶-۱-۳. تحکیم روابط و اقدام‌های جذب‌کننده ۷۲۲
- ۶-۱-۴. گفت‌وگو با همسر دربارهٔ روابط پنهانی‌اش و حل مسئله ۷۲۳
- الف) مراحل اولیه و ابتدایی ۷۲۴
- ب) مراحل میانی و پیشرفته ۷۲۵
- ۶-۱-۵. بازسازی روابط و برقراری اعتماد مجدد ۷۲۹
- منابع ۷۴۱
- نمایه‌ها ۷۶۳

مقدمه معاونت دانشجویی

حقیقت اصیل‌ترین، جاودانه‌ترین و زیباترین نیاز هستی و نیاز آدمی است که سلسله مؤمنان و عالمان صادق چه جان‌ها که در راه آن نباخته، و جاهلان و باطل پرستان چه توطئه‌ها و ترفندها که برای مسخ و مسخ آن نساخته‌اند. چه تلخ‌واقعیتی است مظلومیت حقیقت، و چه شیرین‌حقیقتی است این واقعیت که در مصاف همیشگی حق و باطل، حق سربلند و سرفراز است و باطل از بین رفتنی و نگونسار. این والا و بالانشینی حقیقت، گذشته از سرشت حق، وام‌دار کوشش‌های خالصانه و پایان‌ناپذیر حقیقت‌جویانی است که در عرصه نظر و عمل کمر همت محکم بسته و از دام و دانه دنیا رسته‌اند، و در این میانه‌ها و تأثیر ادیان و پیامبران الهی، و به‌ویژه اسلام و پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله و جانشینان برحق و گرامی او علیهم السلام، برجسته‌ترین است.

دانشمندان نام‌آور شیعه رسالت خطیر و بی‌نظیر خویش را بهره‌گیری از عقل و نقل و غوص در دریای معارف قرآن و برگرفتن گوهر ناب حقیقت از سیره آن پیشوایان و عرضه آن به عالم بشری و دفاع جانانه در برابر هجوم ظلمت پرستان حقیقت‌گریز دانسته و در این راه دیده‌ها سوده و جان‌ها فرسوده‌اند. اکنون در

عصر بحران معنویت که دشمنان حقیقت و آدمیت هر لحظه با تولید و انتشار فزون از شمار آثار نوشتاری و دیداری و به‌کارگیری انواع ابزارهای پیشرفته سخت‌افزاری و نرم‌افزاری در عرصه‌های گوناگون برای سیطره بر جهان می‌کوشند، رسالت حقیقت‌خواهان و اندیشمندان حوزوی و دانشگاهی، به‌ویژه عالمان دین بر سر نلیم‌تر و سخت دشوارتر است.

در جهان شیعی، پژوهشگران حوزوی در علوم فلسفی و کلامی، تفسیری و حدیثی، فقهی و اصولی و نظایر آن کارنامه درخشانی دارند، و تأملات ایشان بر تارک پژوهش‌های اساسی می‌درخشد. در زمینه علوم طبیعی و تجربی و فناوری‌های جدید نیز پژوهشگران ما تلاش‌هایی چشمگیر کرده، گام‌هایی نویدبخش برداشته و به‌انگام رخور خویش در جهان نزدیک شده‌اند، و می‌کوشند تا با فعالیت‌های روزافزون و نشان مقام شایسته خویش را در صحنه علمی بین‌المللی باز یابند. ولی در قلمرو پژوهش‌های علوم اجتماعی و انسانی تلاش‌های دانشمندان این مرزوبوم آن‌گونه که شایسته نظام اسلامی است به بار ننشسته و آنان گاه به ترجمه و اقتباس نظریات دیگران بسنده کرده‌اند. در این زمینه کمتر می‌توان ردپای ابتکارات و به‌ویژه خلاقیت‌های برخاسته از فقهی اسلامی را یافت و تا رسیدن به منزلت مطلوب راهی طولانی و پرچالش درپیش است. این‌روز، افزون بر استنباط، استخراج، تفسیر و تبیین آموزه‌های دینی و سرمانده‌های معرفت‌اسلامی، کاوش در مسائل علوم انسانی و اجتماعی از دیدگاه اسلامی و تبیین آنها از مهم‌ترین اهداف و اولویت‌های مؤسسات علمی به‌ویژه مراکز پژوهشی حوزه‌های علمیه است.

مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام در پرتو تأییدات رهبر کبیر انقلاب اسلامی و حمایت‌های بی‌دریغ خلف صالح وی، حضرت آیت‌الله

خامنه‌ای «مد ظله العالی» از آغاز تأسیس براساس سیاست‌ها و اهداف ترسیم‌شده از سوی حضرت آیت‌الله محمدتقی مصباح یزدی «دامت برکاته» به امر پژوهش‌های علمی و دینی اهتمام داشته و در مسیر برآوردن نیازهای فکری و دینی جامعه، به پژوهش‌های بنیادی، راهبردی و کاربردی پرداخته است. معاونت پژوهش‌ها سه‌گانه برای تحقق این مهم، افزون بر برنامه‌ریزی و هدایت دانش‌پژوهان پرهشگران، در زمینه نشر آثار محققان نیز کوشیده و بحمدالله تاکنون آثار ارزنده‌ای را در حد توان خود به جامعه اسلامی تقدیم کرده است.

کتاب پیش روی پژوهش است در قلمرو روان‌شناسی اسلامی که با تلاش پژوهشگر ارجمند جناب حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر مسعود نورعلیزاده میانجی نگارش یافته است. هدف اصلی نویسنده ارائه راهکارهای علمی و کاربردی برای سلامت‌بخشی به رستر است همسران است.

معاونت پژوهش از مؤلف محترم جناب حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر علی ابوترابی که با نظارت، مطالعه و ارائه نظرهای سوده‌مندشان، بر اتقان و غنای اثر افزوده‌اند، صمیمانه سپاسگزاری می‌کند و توفیق و افزون ایشان را از خداوند منان خواستار است.

معاونت پژوهش

مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی (ره)

پیشگفتار

کتاب سلامت و اختلال جنسی همسران، محصول کار پژوهشی شش-هفت ساله‌ای است که با رویکردی علمی و کاربردی نگارش یافته و اکنون در اختیار جامعه علمی و خانواده‌ها قرار می‌گیرد. محتوای این کتاب، با رویکردی اسلامی و روان‌شناسی (با به‌عبارت‌بہتر، روان‌شناسی اسلامی) و با تحلیل‌های برآمده از آموزه‌های اسلامی (به‌ویژه از قرآن و حدیث) و اندوخته‌های روان‌شناختی به‌رسانه تحریر درآمده است.

متن کتاب، نه کاملاً علمی است و نه کاملاً کاربردی؛ بلکه هم علمی است و هم کاربردی. در واقع در نگارش این کتاب، کوشش شده است که مطالب کاربردی و مهارتی قابل فهم، بر مبنا و پیشینه علمی کاملاً مستند و مستدل استوار شود. قلم به‌گونه‌ای است که هم می‌تواند مورد استفاده عملی همسران قرار گیرد و هم اندوخته‌هایی برای فعالیت‌های علمی پژوهشگران و مشاوران داشته باشد. به‌عبارت‌دیگر، در کنار تحلیل‌های علمی، مناسب و راهکارهای کاربردی مهارت‌محور و تکنیک‌وار هم آمده است. در برخی فصل‌ها تکرارهایی در برخی مطالب، البته با توضیح متفاوت آمده که به منظور روشن شدن بهتر مطالب و استفاده بیشتر همسران است.

اصطلاحات به‌کاررفته در کتاب، بر مبنای کاربردهای علمی است، نه کاربردهای عرفی؛ اما چنان نیست که عموم مردم نتوانند با آن ارتباط برقرار کنند بلکه تا حد امکان کوشیدیم اصطلاحات فنی به‌کاررفته، با توضیحات قابل فهمی همراه باشد. از باب نمونه، در کاربردهای عرفی، واژه «زناشویی» مترادف با «جنسی» به کار می‌رود؛ ولی در سرتاسر کتاب، همان کاربرد فنی مصطلح بین روان‌شناسان به کار رفته است. بنابراین منظور از «روابط زناشویی»، همان «روابط

کلی زن و شوهری» است که می‌تواند «روابط جنسی» را هم دربرگیرد؛ اما لزوماً به معنای «روابط جنسی» نیست.

جا دارد که از استاد علامه آیت‌الله مصباح یزدی، که زمینه دانش‌اندوزی و پژوهش در مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام را به‌ویژه در این موضوع فراهم کردند، نهایت سپاس و قدردانی را داشته باشم؛ همچنین از نظر لطف و نظارت و ارزیابی بسیار دقیق حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر علی ابوترابی، که تمامی جملات و حتی تک‌تک کلمات این کتاب را بارها به‌دقت خواندند و رهنمودهای محربری ارزنده‌ای را برای پخته‌تر شدن مطالب یادآور شدند، به‌طور ویژه سپاسگزاری می‌کنم و یادآور می‌شوم که اگر پیگیری‌ها و تشویق‌های ایشان نبود، شاید طرح این کتاب به سرانجام نمی‌رسید. در واقع می‌توانم بگویم ایشان نیز نقش برجسته‌ای در بسط و توسعه این کتاب داشتند و گاه مطالب و تحلیل‌های بسیار مفیدی پیوست می‌شد که سرانجام، قلم نویسنده بود که به آنها سروسامان و انتظام می‌بخشید.

آغاز طراحی و نگارش این کتاب، با حضور اساتید و دانشجویان شگراان ارجمندی در کارگروه خانواده انجام گرفت؛ اما توفیق همراهی آن عزیزان در ادامه کار نبود. البته در ابتدای کار، از آقای گران‌سنگ و برخی نوشته‌های این عزیزان (حجج اسلام آقایان دکتر محمدرضا احمدی، دکتر جعفر جدیری، دکتر سیدعلی‌عباس‌الله نبوی، دکتر ولی‌زاده و دکتر عباس آینه‌چی) استفاده شد. در پایان کار هم در همیاری آقای سیدهدانی موسوی بهره‌مند شدیم که از همه آنان کمال قدردانی و تشکر دارم. همچنین از کادر اداری تدوین متون معاونت پژوهش مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی علیه السلام - که با وجود طولانی شدن نگارش کتاب، صبوری کردند و زحمات بسیاری را در پیگیری کار متحمل شدند- سپاسگزارم.

مسعود نورعلیزاده میانجی