

روان‌شناسی طلاق

نویسندگان

علیرضا عرب بیگی

علی بیجاد



نشر و دنیا



نشر واثقا

سرشناسه	عرب‌بیگی، علیرضا، ۱۳۷۱ -
عنوان قراردادی	ایران. قوانین و احکام Iran. Laws, etc
عنوان و نام پدیدآور	روان‌شناسی طلاق / نویسندگان علیرضا عرب‌بیگی، علی بیجاد.
مشخصات نشر	تهران : واثقا، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری	۴۰۶ ص؛ ۱۴ × ۲۱ س.م.
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۲۶۶-۶۶-۶
وضعیت فهرست نویسی	فیبا
موضوع	طلاق -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	Divorce -- Psychological aspects
موضوع	طلاق -- قوانین و مقررات -- ایران
موضوع	Divorce -- Law and legislation -- Iran
سبب به افراده	بیجاد، علی، ۱۳۴۳ -
رده بندی دنگره	۵۸۱.۱۹
رده بندی دیویی	۳۰۰ / ۸۹
شماره کتابشناسی ملی	۵۸۱.۱۹
عنوان	روان‌شناسی طلاق
نویسندگان	علیرضا عرب‌بیگی، علی بیجاد
شمارگان	۳۰۰ نسخه
نوبت چاپ	اول ۱۳۹۹
طرح جلد	ثمین بیجاد
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۲۶۶-۶۶-۶
ناشر	واثقا

خیابان انقلاب خیابان ابوریحان خیابان وحید نظری
پلاک ۳۶ واحد ۱ تلفن ۶۶۹۷۴۵۶۱-۹۱۲۱۸۶۶۵۵۸
قیمت: ۹۸۰۰۰۰ ریال

۲۲	مقدمه
۲۵	فصل اول
۲۵	ماهیت طلاق
۳۳	فصل دوم
۳۳	سازگاری با طلاق
۳۶	چگونگی تأثیر شخصیت بر انطباق فرد با طلاق
۳۷	سازگاری چیست؟
۳۹	کودکان و سازگاری
۴۳	منابع اقتصادی و آموزشی
۴۵	دسترسی به روان‌درمانی
۴۹	فصل سوم
۴۹	ازدواج‌های با ریسک بالا
۴۹	ازدواج کردن به محض عاشق شدن!
۵۰	به شناخت کافی نرسیدن در خواستگاری
۵۰	بی‌توجهی به اهمیت یادگیری مهارت‌های ارتباطی
۵۱	آشنا نبودن با تفاوت‌های جنسی زن و مرد
۵۱	نداشتن حس مسئولیت‌پذیری
۵۳	فصل چهارم
۵۳	طلاق در دوران عقد

- ۵۳ دلایل مهم تصمیم طلاق در دوران عقد
- ۵۴ پیشگیری از ایجاد اختلافات و طلاق در دوران عقد
- ۵۵ این نشانه‌ها را در دوران عقد جدی بگیرید
- ۵۷ مواردی که قبل از تصمیم به طلاق در دوران عقد باید به آن توجه کنید
- ۵۸ تبعات طلاق
- ۵۹ اگر در دوران عقد دچار اختلافاتی هستید
- ۶۰ چگونه با طلاق در دوران عقد کنار بیاییم؟
- ۶۱ فصل پنجم
- ۶۱ ازدواج با این توجیهات ممنوع
- ۶۱ برای فرار از وضعیت ناراحت‌کننده خانه
- ۶۱ وقتی خیانت بران یا نابالغ هستید
- ۶۱ وقتی ، اندازه کمی تجربه ارتباط با جنس مخالف ندارید
- ۶۱ وقتی تازه رنج از طلاق را تجربه کرده‌اید
- ۶۱ برای برانگیختن حس حسادت فردی دیگر
- ۶۲ برای بالا بردن اعتماد به نفستان
- ۶۲ چون بقیه ازدواج می‌کنند
- ۶۲ وقتی رابطه‌تان چیزی که می‌خواهید نیست
- ۶۲ وقتی به اندازه کافی با هم وقت نگذرانده‌اید
- ۶۲ اگر اخیراً با فردی آشنا شده‌اید
- ۶۳ اگر از پایان یافتن رابطه قبلی یکی از شما مدت کم باقی مانده است
- ۶۳ وقتی یکی از شما مدیریت ارتباطی نمی‌داند
- ۶۳ وقتی یکی از شما کنترل‌کننده است
- ۶۳ وقتی یکی از شما به شدت خشمگین است
- ۶۳ وقتی یکی از شما دارای اختلالات جنسی است
- ۶۵ فصل ششم
- ۶۵ انصراف از طلاق
- ۶۶ قبل از طلاق به بعد از طلاق فکر کنید
- ۶۶ کمک کنید تا زندگی‌ام را حفظ کنم
- ۶۶ آیا رابطه‌ای درست برقرار می‌کنید؟
- ۶۶ آیا به همسر خود احترام می‌گذارید؟

۶۶	به چه میزان متعهد هستید؟
۶۷	به گذشته بازگردید و علت را جستجو کنید
۶۷	از مشکلات دوری نکنید
۶۸	برای همسران نامه بنویسید
۶۸	او طلاق می‌خواهد، اما من نه
۶۹	فصل هفتم
۶۹	طلاق عاطفی
۶۹	طلاق عاطفی چیست؟
۷۱	چگونه می‌توان به طلاق عاطفی پی برد؟
۷۱	آیا طلاق عاطفی در چند مرحله ظهور می‌کند؟
۷۲	روزهای نخست
۷۲	علامت هشدار طلاق عاطفی
۷۴	آخرین علائم هشدار
۷۵	هم‌خانه‌ایم، نه همسر
۷۶	طلاق عاطفی چه تأثیراتی بر فرزندان می‌گذارد؟
۷۷	علت‌های طلاق عاطفی
۷۸	دلایل طلاق عاطفی با پایان ازدواج عاشقانه
۸۱	دسته بندی عوامل طلاق عاطفی
۸۲	مثال‌هایی از طلاق عاطفی
۸۵	پیشگیری و درمان طلاق عاطفی
۸۵	تدبیرهای پیشگیری و درمان طلاق عاطفی
۸۶	فصل هشتم
۸۶	قوانین طلاق
۹۱	طلاق در قوانین مختلف
۹۵	شرایط اساسی طلاق
۹۶	اقسام طلاق از نظر حکم تکلیفی
۹۶	طلاق حرام
۹۶	طلاق مکروه
۹۶	طلاق واجب
۹۶	طلاق سنت

۹۷	اقسام طلاق از جهت تشریفات و آئین دادرسی
۹۸	طلاق سنی
۹۸	طلاق بانن
۹۸	طلاق رجعی
۹۹	طلاق به حکم دادگاه، چه نوع طلاقی است رجعی یا بانن؟
۱۰۰	معنا و شرایط طلاق خلع و مبارات
۱۰۱	طلاق رجعی و بانن در حقوق تطبیقی
۱۰۲	علل طلاق در کشورهای اسلامی و غیر اسلامی
۱۰۷	نگاهی به قانون طلاق در برخی از کشورهای غیر اسلامی
۱۱۰	طلاق کشورهای سوسیالیستی
۱۱۱	ارزایی در روش جدایی طلاق
۱۱۵	فصل نهم
۱۱۵	آمار رسمی طلاق
۱۱۶	آمار طلاق در اروپا
۱۱۷	آمار طلاق در آمریکا
۱۱۹	فصل دهم
۱۱۹	آسیب‌های طلاق
۱۱۹	ترس از تنهایی
۱۱۹	احساس گناه
۱۲۰	مشکلات عاطفی
۱۲۱	مشکل هویت
۱۲۱	دوگانگی نقش
۱۲۱	مشکلات اقتصادی
۱۲۲	ارزایی اجتماع
۱۲۳	آسیب طلاق برای کودکان
۱۲۳	تفاوت واکنش مردان و زنان به طلاق
۱۲۴	واکنش زنان به جدایی
۱۲۴	آیا طلاق همیشه یک آسیب است؟
۱۲۵	فصل یازدهم
۱۲۵	زنان و جدایی

۱۲۵	آثار و پیامدهای طلاق برای زنان
۱۲۵	روزهای سخت زنان مطلقه بعد از طلاق
۱۲۵	طلاق بیشترین تاثیر را روی زنان می‌گذارد
۱۲۶	سرپرستی فرزندان
۱۲۶	تشکیل مجدد خانواده
۱۲۷	پیامدهای طلاق برای روح و روان زنان
۱۲۷	اختلالات روانی
۱۲۷	تأثیر دوربیت فردی و اجتماعی
۱۲۸	تشخیص مسئولیت‌ها
۱۲۸	احساس عدم امنیت
۱۲۸	وظیفه جامعه در مقابل زنان طلاق گرفته چیست؟
۱۲۹	اثرات مثبت و کمک‌کننده به بیم آسیب‌های طلاق
۱۲۹	آزادی
۱۲۹	فعالیت‌های اجتماعی
۱۳۰	گسترش شغل و حرفه یا مهارت
۱۳۰	رنج زنان بعد از جدایی و طلاق
۱۳۱	جاده صعب‌العبور
۱۳۳	نگاه اطرافیان
۱۳۳	هر سال، ۶۰ هزار بیوه
۱۳۴	بی‌اعتمادی به زنان بی‌همسر
۱۳۵	از انزوا تا ازدواج ناخواسته
۱۳۷	خشونت مردان
۱۳۷	خیانت
۱۳۸	سرد شدن رابطه جنسی
۱۳۹	عدم درک یکدیگر و سلطه‌ی مرد بر زن
۱۴۰	رسیدن به نقطه‌ای که هیچ راهی جز طلاق نیست
۱۴۲	بعد از طلاق واقعیت اقتصادی طلاق را بپذیرید
۱۴۳	من نمی‌توانم همسر سابقم را تغییر بدهم
۱۴۴	بر آینده تمرکز کنید
۱۴۵	درمان افسردگی زنان بعد از طلاق

- ۱۴۵ بهترین راه برای بهتر سپری کردن این دوران چیست؟
- ۱۴۶ با بخشش شروع کنید
- ۱۴۶ روابط دوستانه را گسترش دهید
- ۱۴۷ شروط ۱۲ گانه طلاق زنان از مردان
- ۱۵۱ فصل دوازدهم
- ۱۵۱ جشن طلاق
- ۱۵۹ فصل سیزدهم
- ۱۵۹ طلاق جنسی
- ۱۵۹ طلاق جنسی چیست و چه دلیلی دارد؟
- ۱۵۹ تفاوت مردان و زنان در نیازهای جنسی
- ۱۵۹ طلاق جنسی اختلال مهم‌تر از طلاق عاطفی
- ۱۵۹ سرد راجی
- ۱۶۰ ناهمخوانی جنسی، تمایلات جنسی متفاوت
- ۱۶۰ باورهای فرهنگی، نادرست
- ۱۶۰ تغذیه نامناسب و داروهای سیمپا
- ۱۶۱ مصرف سیگار یا مواد مخدر
- ۱۶۱ دلایل طلاق جنسی چیست؟
- ۱۶۱ ارضای جنسی
- ۱۶۱ تفاوت جنسیتی
- ۱۶۲ درمان اختلالات جنسی
- ۱۶۳ اهمیت مشاوره جنسی پیش از ازدواج
- ۱۶۳ عوارض و خطرات جدی قطع رابطه جنسی و زناشویی
- ۱۶۳ عوارض ترک رابطه جنسی و زناشویی برای بدن
- ۱۶۴ افزایش استرس با کاهش رابطه جنسی
- ۱۶۴ کاهش خودباوری و اعتماد به نفس با قطع رابطه جنسی
- ۱۶۴ رابطه کاهش رابطه جنسی با مشکل قلبی
- ۱۶۴ انزال زودرس و نعوظ بعد از کاهش رابطه جنسی
- ۱۶۵ ضعیف شدن بدن در برابر سرماخوردگی و آنفولانزا بعد از توقف رابطه جنسی
- ۱۶۵ افزایش احتمال ابتلا به عفونت ادراری با کاهش رابطه جنسی
- ۱۶۵ عوارض جدی نداشتن رابطه جنسی برای زنان

۱۶۶	تفاوت مردان و زنان در نیازهای جنسی
۱۶۶	اختلالی مهم‌تر از طلاق عاطفی
۱۶۷	تفاوت جنسیتی
۱۶۸	اختلالات جنسی
۱۶۹	مشاوره جنسی پیش از ازدواج
۱۷۰	رابطه جنسی نامتعارف
۱۷۰	تفاوت اقلیت‌های مذهبی
۱۷۱	حالی به درخواست زن به علت نداشتن رابطه زناشویی
۱۷۲	ناراحتی جنسی: علت جدایی و طلاق
۱۷۵	اهمیت رابطه جنسی برای زنان و مردان
۱۷۵	علت طلاق جنسی
۱۷۸	بهبود رابطه بعد از طلاق جنسی
۱۷۸	سرد مزاجی در روابط زناشویی از اثر تا علل
۱۷۹	سرد مزاجی بحران روابط زناشویی
۱۷۹	سرد مزاجی در روابط زناشویی و ناشی از افسردگی
۱۸۰	سرد مزاجی در روابط زناشویی و انکار میل جنسی خانم‌ها
۱۸۰	به دنبال درمان مشکلات جنسی و سرد مزاجی
۱۸۰	برای سرد مزاجی زوج درمانی مهم است نه فرد درمانی
۱۸۱	سرد مزاجی زنان بعد از زایمان: شروع فعالیت جنسی
۱۸۱	دلایل فیزیولوژیکی
۱۸۱	افسردگی دلیل اصلی سرد مزاجی
۱۸۱	علاقه نداشتن به رابطه جنسی، سرد مزاجی نیست
۱۸۲	رابطه خستگی و سرد مزاجی
۱۸۲	سرد مزاجی زنان بعد از زایمان: نگرانی از وضعیت جسمی
۱۸۲	معذب بودن زن از حضور فرزند دلیل پنهان سرد مزاجی
۱۸۳	سرد مزاجی به خاطر نگرانی از بارداری دوباره
۱۸۳	سرد مزاجی زنان بعد از زایمان: روش درمان
۱۸۳	حرف زدن درباره رابطه جنسی با دیگران چه تبعاتی دارد؟
۱۸۴	صحبت درباره رابطه جنسی با دیگران: کدام دیگران؟
۱۸۸	همه چیز درباره هاپر سکسوال (بیماری اعتیاد جنسی)

- ۱۸۹ خصیصه‌های اعتیاد جنسی
- ۱۹۰ علت هایپر سکسوال
- ۱۹۰ علائم هایپر سکسوال
- ۱۹۱ ارتباط رابطه جنسی با استرس
- ۱۹۱ درمان هایپر سکسوال
- ۱۹۲ برخی از درمان‌های مربوط به اعتیاد جنسی
- ۱۹۲ روان‌درمانی
- ۱۹۳ دارو درمانی افراد هایپر سکسوال
- ۱۹۳ گروه‌های خودیاری برای درمان بیماری هایپر سکسوال
- ۱۹۴ انواع اختلالات جنسی
- ۱۹۴ اختلالات جنسی (پارافیلیا)
- ۱۹۴ انواع اختلالات بهنجاری جنسی
- ۱۹۵ اختلالات زکار جنسی
- ۱۹۵ انواع اختلالات زکار جنسی
- ۱۹۵ انواع گرایش‌های جنسی
- ۱۹۷ علل تفاوت گرایش بین افراد
- ۱۹۸ علائم اعتیاد جنسی
- ۱۹۸ راه‌های تشخیص اعتیاد به سکس
- ۱۹۹ مشکلات تشخیص اختلال اعتیاد جنسی
- ۲۰۰ درمان اعتیاد جنسی یا اعتیاد به سکس
- ۲۰۰ دارو درمانی
- ۲۰۰ درمان‌های شناختی رفتاری
- ۲۰۱ خانواده درمانی
- ۲۰۳ فصل چهاردهم
- ۲۰۳ طلاق اقتصادی
- ۲۰۴ هر چی که دارم مال من
- ۲۰۵ از قانون بپرس
- ۲۰۶ حد و حدود استقلال مالی زوجین
- ۲۰۷ اطمینان نداشتن زنان دلیل اصلی طلاق اقتصادی
- ۲۰۷ مشکلات اقتصادی میان والدین و تاثیر آن بر فرزندان

۲۰۹	رویکرد استرس روان‌شناختی
۲۱۰	رویکرد هزینه‌ی طلاق
۲۱۲	رویکردهای ترکیبی
۲۱۳	رویکرد شایستگی (انتخاب) فردی
۲۱۳	مشکلات اقتصادی عامل بروز طلاق
۲۱۴	بیکاری
۲۱۴	اعتیاد
۲۱۵	تشریح و صنعتی شدن
۲۱۶	اشتغال و تحصیلات زنان
۲۱۶	الف) دیدگاه ا: اشتغال و تحصیلات زنان
۲۱۸	ب) دیدگاه ب: اشتغال و تحصیلات زنان
۲۱۸	آثار مثبت اشتغال زنان
۲۱۹	آثار منفی اشتغال زنان
۲۲۱	فصل پانزدهم
۲۲۱	طلاق روانی
۲۲۱	تعارض‌های ناشی از طلاق روانی
۲۲۲	تغییر گرایش‌ها و اجتناب از یکدیگر
۲۲۲	راهکارهای مفید
۲۲۲	دگرگرایی فکری در برابر گاردگیری احساسی
۲۲۲	همکاری و درک متقابل در برابر رقابت منفی و طلبکارانه
۲۲۳	تعديل واکنش احساسی و آنی در مقابل خشونت
۲۲۳	پرهیز از تحریکات اطرافیان به ظاهر متحد و همراه
۲۲۳	رعایت ضوابط اخلاقی تربیتی در برابر ابراز تکانه‌های لرزشی شوک‌برانگیز
۲۲۳	تلاش برای حفظ استقلال زندگی زناشویی
۲۲۹	فصل شانزدهم
۲۲۹	طلاق با مردان چه می‌کند؟
۲۲۹	آثار طلاق بر مردان
۲۳۰	پیامدهای اجتماعی و بین فردی
۲۳۰	پیامدهای اقتصادی و مالی
۲۳۱	پیامدهای روان‌شناختی (و حتی جسمانی)

- ۲۳۱ جایی برای امیدواری
- ۲۳۲ برای کمک گرفتن به سمت دیگران بروید
- ۲۳۳ برای ازدواج مجدد عجله‌ای نیست
- ۲۳۳ مردان غم و اندوه را در خود نگه می‌دارند
- ۲۳۳ سلامت مردان به شدت کاهش می‌یابد
- ۲۳۳ مردان هویت خود را از دست می‌دهند
- ۲۳۳ مردان عجله به روابط جدید دارند
- ۲۳۳ مردان بچه‌ها را از دست می‌دهند
- ۲۳۴ طلاق برای همه سخت است
- ۲۳۴ رایج‌ترین خطاهای مردان بعد از طلاق
- ۲۳۵ دست زدن به استتاری
- ۲۳۵ کناره‌گیری از اجتماع
- ۲۳۵ معرفی زور هنگام همسر جدید به کودکان
- ۲۳۶ گیر کردن در نیت
- ۲۳۶ عقب نشینی از پدر پدر
- ۲۳۶ آیا مردان شکننده‌تر هستند؟
- ۲۳۷ چرا طلاق برای مردان دشوار است...
- ۲۳۹ وقتی همیشه مردها مقصرند!
- ۲۴۰ پیر شدم اما کسی نفهمید!
- ۲۴۱ از نظر دیگران من یک هیولا هستم!
- ۲۴۳ از نظر همسر من کلاً اشتباه بودم!
- ۲۴۴ مردان پس از طلاق...
- ۲۴۵ افسردگی
- ۲۴۵ خشم
- ۲۴۵ موقعیت از دست رفته
- ۲۴۵ درمان نامتعارف برای تسکین درد
- ۲۴۶ آنها دیگر به هیچ زنی اعتماد نمی‌کنند
- ۲۴۷ مردان بعد از طلاق غمگین‌تر از زنان
- ۲۴۸ مردان معمولاً پس از طلاق از نظر جسمی چه آسیب‌هایی می‌بینند؟
- ۲۴۹ برخورد خانواده با مردی که از همسرش جدا شده

۲۵۰	فعالیت‌های ورزشی و سفر
۲۵۱	مشکلات مردان برای ازدواج مجدد
۲۵۱	راهنمای مرد در ازدواج مجدد پس از فوت یا طلاق همسر اول
۲۵۵	فصل هفدهم
۲۵۵	پول و طلاق
۲۵۵	اعمال قدرت با پول
۲۵۶	حبس، ازاها
۲۵۶	مدریت نامناسب درآمد
۲۵۷	اوضاع بد اقتصادی جامعه
۲۵۷	اثرات مشکلات مالی بر زندگی زنانشویی
۲۵۸	اثرات مخرب مشکلات مالی بر روان زوجین
۲۵۸	علل تشدید اثر مشکلات مالی بر زندگی مشترک
۲۵۸	پیشگیری از مشکلات مالی در زندگی زنانشویی
۲۶۱	پنهان کردن درآمد از همسر
۲۶۲	فریب در هزینه‌ها
۲۶۳	پنهان کردن، عادت بد
۲۶۴	قرض دادن به دیگران
۲۶۶	بهترین الگو
۲۶۹	خطر پنهان کاری‌های مالی در زندگی مشترک
۲۷۰	پنج خیانت مالی که زندگی زنانشویی را تهدید می‌کنند
۲۷۳	گرفتار کلیشه‌ها شده‌اید
۲۷۴	با هم اوضاع را درست می‌کنید؟
۲۷۵	جینتان مشترک است؟
۲۷۵	یک جیب پنهانی دارید؟
۲۷۶	مکمل هم هستید؟
۲۷۷	میخواهد به خانواده‌اش کمک کند؟
۲۷۷	نگاه‌تان متفاوت است؟
۲۷۸	وفاداری مالی؛ با شریک زندگی خود از نظر مالی روراست باشید
۲۷۸	صحبت کردن راجع به پول
۲۷۹	همراهی و همدلی

مقدمه

روان‌شناسی طلاق از جمله مطالعات و علم‌هایی است که به بررسی جوانب پس از اتمام زندگی مشترک می‌پردازد. روان‌شناسی طلاق برای تمامی انواع طلاق از جمله طلاق توافقی، طلاق از طرف زوج و طلاق از طرف زوجه می‌باشد و برای هر کدام روند و رویکردهای خاص خود را دارد. شاید با خود بگویید که روان‌شناسی طلاق مسئله‌ای بی‌راه است چون زوجی که تصمیم به جدایی گرفته‌اند به پایان راه رسیده‌اند و همه چیز را در نظر گرفته‌اند و این امر در طلاق توافقی بیشتر خود را نشان می‌دهد. به رواج از ادامه هر بحث و سازشی عاجز هستند و فقط می‌خواهند که تمام شود.

اما روان‌شناسی طلاق به کمک زوجین آمده است تا به راحتی به زندگی مشترک خود پایان ندهند، دادگاه خانواده با هم‌اندیشی نهادهای مرتبط بنیان خانواده طلاق توافقی را برای شرایطی قرار دادند که امکان جدایی و تداوم زندگی مشترک برای زوجین به هیچ عنوان وجود ندارد و روند طلاق عادی ممکن است به علت تنش‌های موجود در آن آسیب‌های روحی روانی شدیدی را به زوج یا فرزندان‌شان وارد کند، اما متأسفانه بعد منفی آن بیشتر خود را نشان می‌دهد و زوجین مشکلات پیش پا افتاده و قابل حل خود را به آسانی طلاق توافقی حل می‌کنند. که این خود نشان‌دهنده نبود مهارت زندگی در افراد است. شاید اگر زوجین قبل از تصمیم به اتمام زندگی مشترک به مرکز مشاوره خانواده و روان‌شناسی مراجعه کنند طی چندین جلسه مشاوره خانواده به راحتی راه حل مشکلات زندگی مشترک خود را پیدا کنند.