

بهداشت روانی در  
**عشق شورانگیز**  
دکتر مرتضی منطقی





وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

معاونت دانشجویی

دفتر مرکزی مشاوره

## بهداشت روانی در عشق شورانگیز

دکتر مرتضی منطقی

عضو هیات علمی دانشگاه تربیت معلم



جمهوری اسلامی ایران

وزارت فرهنگ و ارشاد اسلامی

مرکز نشر و توزیع چاپ

پیشگامان فرهنگ و ارشاد اسلامی

روانشناسی و روانشناسی

مجله تخصصی روانشناسی و روانشناسی

عنوان: بهداشت روانی در عشق شورانگیز

تالیف: دکتر مرتضی منطقی

ناشر: دفتر مرکزی مشاوره دانشجویی وزارت علوم، تحقیقات و فناوری

نوبت چاپ: اول - ۱۳۸۷

تیراژ: ۱۵۰۰ نسخه

## فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱۰	پیش‌گفتار
۱۳	مقدمه
۲۴	۱- تحول‌های زیستی (فیزیولوژیک) در آغاز عشق
۲۸	۲- تحول‌های جسمانی
۲۸	۱-۲- از تحرک آفرینی عشق تا توقف و سکون
۲۹	۲-۲- بروز برخی از اختلال‌های جسمانی
۳۰	۳- تحول‌های عاطفی
۳۱	۱-۳- تجربه عاطفه‌ای متفاوت
۳۳	۲-۳- احساس رشد کردن در جریان عشق
۳۴	۳-۳- ایجاد صمیمیت
۳۴	۴-۳- عادت کردن به همدیگر
۳۵	۵-۳- رنگ باختن تدریجی روابط پرشور عاطفی
۳۶	۶-۳- بروز تغییر در الگوی وابستگی عاشق و معشوق
۳۷	۷-۳- از بین رفتن هیجان روابط پدید آمده
۳۹	۸-۳- بروز بن‌بست‌های عاطفی
۴۱	۹-۳- از دست رفتن شادی پدید آمده در اثر عشق
۴۲	۱۰-۳- بروز نوسان‌های خلقی
۴۳	۱۱-۳- پیشه کردن واکنش‌های نامتعادل عاطفی

#### ۴- تحول‌های ادراکی

۴۵

۴-۱- حیرت‌زدگی در آغاز عشق شورانگیز و ازدست رفتن آن در انجام عشق

۴۷ ۴-۲- رویایی دیدن روابط در آغاز عشق و فروریزی آن در انتهای عشق

۴۷ ۴-۳- احساس رشد در شروع عشق و ادراک توهمی بودن آن در انجام عشق

۴۹ ۴-۴- رنگ باختن پنداشته‌های آرمانی آغاز عشق

۵۰ ۴-۵- از دست رفتن احساس جذابیت و اعتبار اجتماعی آغاز عشق

۵۱ ۴-۶- پیشه کردن توجیه در آغاز عشق و رنگ باختن آن در انجام عشق شورانگیز

۵۴ ۴-۷- نگاهی دوباره

#### ۵- تحول‌های شناختی

۵۷ ۵-۱- تأثیر عامل سن

۵۸ ۵-۲- رو آوردن به شناخت بیشتر یکدیگر

۶۰ ۵-۳- یافتن نگاه عقلانی به مسایل

۶۱ ۵-۴- تردید یافتن در ماهیت عشق یا هوس بودن رابطه

۶۲ ۵-۵- فهم روان‌شناسی متفاوت زن و مرد

۶۳ ۵-۶- کسب تجربه برای روابط بعد

#### ۶- تحول‌های اجتماعی

۶۴ ۶-۱- احساس رشد اجتماعی

۶۵ ۶-۲- از دست دادن برخی از فرصت‌های مناسب ازدواج

۶۶ ۶-۳- ایجاد اختلال در وظایف روزمره

۶۷ ۶-۴- بروز تنش در روابط خانوادگی

۶۸ ۶-۵- تخصص ورزیدن و درگیر شدن با رقیبان

۶۹ ۶-۶- بروز فشار اجتماعی از سوی اطرافیان

۷۰ ۶-۷- خروج از جهان رویایی و وارد شدن به جهان تلخ واقعیات

۷۱ ۶-۸- برخورد متفاوت جامعه با دو جنس

۷۱

۶-۹- یافتن دید بدبینانه به جنس مخالف ۷۲

۶-۱۰- افتادن در مسیر انتقام جویی ۷۳

۶-۱۱- تبعات بلند مدت شکست عشق شورانگیز ۷۴

## ۷- تحول‌های عقیدتی ۷۵

۷-۱- بروز عواطف دینی و عرفانی لطیف در آغاز عشق شورانگیز ۷۶

۷-۲- نوسان به گرایش به دین در میانه راه ۷۶

۷-۳- احساس گناه و عذاب وجدان در میانه و انتهای راه عشق هوسناک ۷۷

۷-۴- نوسان در گرایش به دین در خاتمه عشق شورانگیز ۷۸

## ۸- تحول‌های روانی - شخصیتی ۷۹

۸-۱- احساس شادی و شغف ۸۱

۸-۲- تحرک آفرینی عشق ۸۳

۸-۳- افزایش جرأت، جسارت و بی‌پروایی افراد عاشق ۸۴

۸-۴- پیشه کردن ایثار نفس در برابر هم ۸۴

۸-۵- تغییر الگوی وابستگی عاشق و معشوق ۸۵

۸-۶- محدود شدن و توقف تدریجی اندیشه ۸۶

۸-۷- ایجاد اختلال‌های ذهنی و وقفه در زندگی ۸۷

۸-۸- بروز اختلاف و نوسانهای خلقی ۸۸

۸-۹- احساس سردرگمی و پشیمانی ۸۹

۸-۱۰- تغییر جایگاه زن از مسند ناز به مسند نیاز ۹۰

۸-۱۱- یافتن دید منفی به خود و کاهش اعتماد به نفس ۹۰

۸-۱۲- اثرات مقطعی عشق شورانگیز در جبران خلاءهای عاطفی ۹۱

۸-۱۳- ابتلاء به اختلال‌های روانی ۹۲

## ۹- تحول‌های ارزشی

۹۴

۹۵-۱-۹- احساس سردرگمی و تردید

۹۶-۲-۹- دست زدن به فریب یکدیگر

۹۷-۳-۹- تهدید و زیر فشار قرار دادن یکدیگر

۹۷-۴-۹- کنار نهادن تدریجی شرم و حیا

۹۹-۵-۹- سوءاستفاده‌های مالی و بدنی از یکدیگر

۹۹-۶-۹- تن دادن به استثماری مضاعف

۱۰۰-۷-۹- وابستگی به دوست جنس مخالف

۱۰۱-۸-۹- رو آوردن به دنیای بی خیالی

۱۰۱-۹-۹- منصرف شدن از عشق و ازدواج

۱۰۲-۱۰-۹- شکل‌گیری روابط نامشروع بعد از تشکیل زندگی خانوادگی

۱۰۲-۱۱-۹- واماندگی در عبور از عشق مادی برای رسیدن به عشق معنوی

۱۰۵-۱۰-۹- تأملی دوباره