

# روانشناسی زن و خانواده

مؤلفین

دکتر مهرانگیز شعاع کاظمی

دانشیار و عضو هیات علمی دانشگاه الزهرا (س)

معصومه فتحعلی زاده

کارشناس ارشد مطالعات زنان و خانواده. دانشگاه الزهرا (س)

زهرا شهابی نژاد

کارشناس ارشد مشاوره و راهنمایی. دانشگاه الزهرا (س)



انتشارات آوای نور

تهران - ۱۳۹۶

خدایا تمام روزگها از دست تو و به دست تو است  
مرا بدون واسطه این و آن از روزگ خود برخوردار کن.

(دعای ۲۲۵ صحیفه سجادیه)



سرشناسه	: شعاع کاظمی، مهرانگیز، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور	: روانشناسی زن و خانواده/مولفین مهرانگیز شعاع کاظمی، معصومه فتحعلی زاده، زهرا شهبابی نژاد.
مشخصات نشر	: تهران : آوای نور، ۱۳۹۵.
مشخصات ظاهری	: ۱۸۴ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۲۳۴-۱
وضعیت فهرست نویسی	: فیپا
موضوع	: زنان -- روان شناسی
موضوع	: Women -- Psychology
شناسه افزوده	: فتحعلی زاده، معصومه، ۱۳۶۳ -
شناسه افزوده	: شهبابی نژاد، زهرا، ۱۳۶۹ -
رده بندی کنگره	: HQ۱۲۱۶۱۳۹۵ ۹/ش۶۷۹
رده بندی دیویی	: ۶۳۳/۱۵۵



تهران، میدان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان شهید وحید نظری،

پلاک ۹۹، طبقه دوم تلفن: ۶ و ۶۶۹۶۷۳۵۵ / نمابر: ۶۶۴۸۰۸۸۲

### روانشناسی زن و خانواده

تالیف: دکتر مهرانگیز شعاع کاظمی - معصومه فتحعلی زاده - زهرا شهبابی نژاد

ناشر: انتشارات آثار فکر

صفحه آرا: منیرالسادات حسینی

چاپ: دوم ۱۳۹۶

شمارگان: ۲۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۰۹-۲۳۴-۱

قیمت ۱۵۵۰۰ تومان

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

---

## فهرست مطالب

---

مقدمه ..... ۷

### بخش ۱: زن و سلامتی

فصل اول: زن و سلامت روان	۱۳
فصل دوم: زن و استرس	۲۳
فصل سوم: اختلال خواب	۴۳
فصل چهارم: اختلال خوردن	۴۹
فصل پنجم: زن و گرایش به زیبایی	۶۳
فصل ششم: زن و احساس امنیت	۶۹
فصل هفتم: زن و احساس ارزشمند بودن	۷۳

### بخش ۲: بهداشت جسمی و جنسی زن

فصل اول: زنان و ورزش	۷۹
فصل دوم: زنان و سلامت ارتباط جنسی	۸۳
فصل سوم: زن و تعادل عاطفی	۸۷

### بخش ۳: زن و خانواده

فصل اول: زن و نقش مادری	۹۵
فصل دوم: نقش مادر و فرآیند دل بستگی فرزند	۱۰۱
فصل سوم: زن و فرزند آوری	۱۰۵
فصل چهارم: زنان و سبک‌های فرزند پروری	۱۱۱
فصل پنجم: خانواده و پویایی	۱۲۵
فصل ششم: خانواده و تعهد	۱۴۹
فصل هفتم: زنان و مدیریت خانواده	۱۶۳
منابع فارسی	۱۷۱
منابع لاتین	۱۷۹

---

## مقدمه

---

با وجود آن که مطالعه در باب شخصیت زنان عمر زیادی ندارد، می‌توان این‌گونه استنباط نمود که روانشناسی زن از آن هم جوانتر و کم قدمت‌تر می‌باشد و به نظر می‌رسد این کار نیاز به تحقیقات طولانی و گسترده دارد، با این وجود روان‌شناسی زن می‌تواند در برگیرنده مطالب و موضوعات متنوع باشد و به عنوان موضوعی اختصاصی و منحصر بفرد در دانشگاه‌ها و موسسات آموزشی مورد بحث و تفحص قرار گیرد. محور اصلی کتاب حاضر در برگیرنده ابعاد زندگی زنان در حیطه‌های جسمی، روانی و اجتماعی است، زیرا با مطالعه منابع موجود به این نتیجه رسیدیم منبعی که بتواند زن را به عنوان موجودی با ملاحظه تفاوت‌های شاخص در مقایسه با مردان مورد مطالعه قرار دهد کمتر قابل دسترس می‌باشد و در عین حال غالب روانشناسان رویکردی متفاوتی در مورد رشد و تحول زنان دارند که در بعضی موارد با سوگیری‌های زنانه / مردانه نیز همراه می‌باشد.

لذا در تدوین و تالیف کتاب حاضر سعی شد آن را در ۳ بخش (زن و سلامتی، بهداشت جسمی - جنسی زن و زن و خانواده) و در بخش اول با ۷ فصل، بخش دوم با ۳ فصل و بخش سوم با ۷ فصل به اتمام رسانیم. بر همین اساس نقش محوری کتاب متمرکز بر واژه "زن" می‌باشد ولی از آنجایی که این واژه به تنهایی نمی‌تواند بیانگر محتوی در خور و لازم خود باشد بخش آخر کتاب "با واژه زن و خانواده" همراه گردید تا نقش محوری زن و خانواده ملموس‌تر و گویاتر گردد.

به نظر می‌رسد کتاب حاضر قابلیت استفاده و کاربرد در مقاطع مختلف آکادمیک در رشته‌های مطالعات زنان و خانواده، مشاوره خانواده و تعلیم و تربیت را دارد. امید که با مطالعه مجموعه حاضر از نظرات اصلاحی اساتید و دانشجویان مستعد و خوش فکر کشور بهره‌مند شویم. در پایان از همکاری صمیمانه، بی نظیر و فعالانه خانم‌ها معصومه فتحعلی‌زاده و زهرا شهبابی‌نژاد تشکر و قدردانی می‌نمایم. توفیقات روزافزون تمامی دانشجویان علی‌الخصوص این دو عزیز بزرگوار را از خداوند منان خواستارم.

مهرانگیز شعاع کاظمی

تابستان ۹۵

دانشگاه الزهرا (س)