

باز هم زندگی

مشاوره و آموزش‌های قبل از ازدواج
در همراه با سؤالات مربوطه

دکتر هادی خداپرست

فوق تخصص اعصاب و روان - رفتار کودک و نوجوان
هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشت تهران



انتشارات اشجع

- سرشناسه : خداپرست، هادی، ۱۳۴۲ -
 عنوان و نام پدیدآور : باز هم زندگی : مشاوره و آموزش های قبل از ازدواج همراه با سؤالات مربوطه
 مشخصات نشر : تهران: اشجع، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری : ۱۴۴ ص.
 شابک : 978-964-2613-85-4
 وضعیت فهرست نویسی : فیای مختصر
 یادداشت : فهرست نویسی کامل این اثر در نشانی: <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است
 شماره کتایشناسی ملی : ۳۸۳۲۹۴۴



انتشارات اشجع

باز هم زندگی

مشاوره و آموزش های قبل از ازدواج

همراه با سؤالات مربوطه

دکتر هادی خداپرست

ناشر: اشجع

چاپ: اول - پاییز ۱۳۹۴

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۷۵۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۶۱۳-۸۵-۴

تهران، بزرگراه رسالت، مجیدیه شمالی، خیابان برادران محمودی شرقی، کوچه امید، پلاک ۱ تلفن: ۲۲۵۱۲۸۳۴

www.ashja.com

فهرست مطالب

۹	پیشگفتار
۱۰	تعریف ازدواج
۱۰	تعریف مشاوره و راهنمایی در همسریابی
۱۰	پیش‌های درست همسریابی و معرفی خود
۱۳	روش‌های نادرست ارتباط و همسریابی
۱۴	راه‌های اقدام برای طالع و خواستگاری
۱۵	نقش مراکز تخصصی و بنیاد های ازدواج
۱۶	نقاط ضعف شیوه‌های سنتی آشنایی انتخاب همسر و ازدواج
۱۸	اهمیت مشاوره در ازدواج
۱۹	اهداف مشاوره قبل از ازدواج
۲۱	۱۲ توصیه به افراد در آستانه ازدواج
۲۳	اهداف ازدواج
۲۳	اهداف صحیح ازدواج
۲۴	اهداف ناصحیح ازدواج
۲۵	انواع ازدواج‌های نامناسب
۲۶	خصوصیات ازدواج موفق
۲۷	مشاوره در همسرگزینی
۲۷	عوامل اجتماعی - فرهنگی
۲۷	طبقه اجتماعی
۲۸	تحصیلات و سطح آموزشی

۲۹	عوامل سیاسی
۳۰	دین و مذهب
۳۱	آداب و رسوم، سنت‌ها و باورها
۳۲	عوامل اقتصادی - مالی
۳۳	شغل و میزان درآمد
۳۳	وضع مسکن
۳۴	سبیل زندگی
۳۴	هزینه‌های رفاهی و معیشتی
۳۶	عوامل روانی - شعری، اخلاقی
۴۳	عوامل جسمی
۴۶	ویژگی‌هایی که یک همسر مناسب باید داشته باشد
۴۸	ویژگی‌هایی که یک همسر باید از پاک و بری باشد
۴۸	در مورد مرد
۴۹	در مورد زن
۵۱	مشاوره ژنتیک در ازدواج
۵۳	تماس اول
۵۳	ترتیب دادن جلسات گفت‌وگوی بعدی
۵۵	جلسه آخر گفت‌وگو
۵۷	سیستم (نظام) خانواده
۵۷	تعریف سیستم (نظام یا سازمان)
۵۷	اصل یکپارچگی خانواده
۵۸	ارتباط سیستم خانواده با سیستم‌های دیگر
۵۹	زیرسیستم‌های خانواده

۵۹		سبب‌شناسی در سیستم خانواده
۶۰		نقش‌ها در سیستم خانواده
۶۱		سلسله مراتب قدرت در خانواده
۶۴		عنصر ارتباط در سیستم خانواده
۶۶		وجود مرزها در سیستم خانواده
۶۹		قانون و مقررات در سیستم خانواده
۷۰		انحواضمون خانواده
۷۱		نیارهای افراد خانواده
۷۲		انواع آزاد های اثر د خانواده
۷۴		زن وشوهر و انتخاب سبک زندگی
۷۷		خانواده و استرس
۷۹		دوره‌های زندگی
۸۱		ویژگی‌های خانواده‌های سالم
۸۵		تفکر سالم، زندگی باتشاط و پویا
۸۵		سوءتفاهمات
۸۷		ذهن خوانی
۸۸		طرز تلقی‌های منفی و بسته
۸۹		درک معیوب نشانه‌ها و معانی
۹۰		تعصبات تابجا
۹۱		برچسب زدن
۹۲		خطاهای شناختی
۹۵		افکار خودانگیخته
۹۶		انتظارات و توقعات

۹۷.....	اسطوره‌ها
۹۹.....	عشق فریبنده است
۱۰۱.....	مهارت‌های زندگی
۱۰۱.....	مهارت خودشناسی
۱۰۴.....	مهارت ابراز صمیمیت
۱۰۶.....	مهارت ابراز همدلی
۱۰۹.....	مهارت سیاست‌گذاری و اجرای آن
۱۱۲.....	مهارت گفت‌وگو، ارتباط و مکالمه
۱۱۵.....	مهارت کنترل پرخاشگری
۱۲۱.....	مهارت حل مسئله و تصمیم‌گیری
۱۲۳.....	مهارت حل اختلاف
۱۲۵.....	مهارت مذاکره، چانه‌زنی، مصالحه
۱۲۶.....	مهارت خویش‌داری
۱۲۷.....	مهارت تحمل ناکامی
۱۳۰.....	روش‌ها و راه‌های تسهیل سازگاری، تطابق و توافق
۱۳۲.....	مهارت "داشتن هوای همسر" در زندگی روزمره
۱۳۳.....	توجه مثبت به همسر
۱۳۴.....	مهارت استفاده از سیستم‌های حمایتی
۱۳۶.....	مهارت ابراز وجود و جرئت ورزی
۱۳۸.....	شناخت تفاوت‌های بین زن و مرد
۱۴۰.....	ازدواج مجدد

پیشگفتار

انتخاب همسر، ازدواج و تشکیل خانواده یکی از مهم‌ترین تصمیمات زندگی فرد است و جنبه‌های مختلف زندگی فردی و اجتماعی او را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تا جایی که دین مقدس اسلام نیز ازدواج را حافظ نیمی از دین دانسته است. در طول تاریخ عوامل اجتماعی، اقتصادی و فرهنگی، تغییرات و دگرگونی‌هایی بر آداب و رسوم، رسوم ازدواج و تشکیل خانواده تحمیل کرده است. در دنیای امروز، پیچیدگی روابط، سایر مسائل جدید نیاز به مشاوره و آموزش‌های قبل از ازدواج را پررنگ و ناخوشایندی کرده است. مشاوره و آموزش‌های قبل از ازدواج این امکان را به فرد می‌دهد تا همسر ایده‌آل خود را بشناسد و در طول زندگی ارتباط خوبی با او داشته باشد. اهداف تشکیل زندگی محقق شود.

این کتاب این امکان را به شما می‌دهد که با طرح سؤالات مناسب و با گفت‌وگوی مفصل در مورد فرد مورد نظر، اطلاعات نسبت به دینی که می‌خواهید و حتی اگر اختلاف نظری نیز وجود داشته باشد، با گفت‌وگو و راهنمایی مناسب، به نتیجه‌ای خوب دست پیدا کنید، بتوانید راه زندگی آینده‌تان را به درستی رسم کنید.