

در کارگاه زندگی

روابط عاطفی همسران

در قالب داستان، مثال، تصویر و نکات علمی



تدوین: مرتضی عابدان زاده زواره

عنوان و نام پدیدآور: عابدان زاده زواره، مرتضی، ۱۳۵۵
 درکارگاه زندگی: روابط عاطفی همسران در قالب داستان، مثال، تصویر و نکات علمی
 مشخصات نشر: قم، جوانان موفق ۱۳۹۵.
 مشخصات ظاهری: ۱۶۸ ص، ۱۰/۵×۲۱/۵ س م. ISBN: 978-600-818-508-6
 وضعیت فهرست نویسی: فیا
 یاداشت: کتابنامه به صورت زیرنویس، همسران، روابط عاطفی، روابط جنسی
 موضوع: خانواده، زناشویی، ارتباط، روان شناسی
 موضوع: Communication in marria
 رده بندی کنگره: ۴۵۲ع/۷۴۳HQ ۱۳۹۵
 رده بندی دیویی: ۶۴۶/۷۸
 شماره کتابشناسی ملی: ۴۲۹۱۱۹۱ شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۱۸-۵۰۸-۶

انتشارات جوانان موفق

تلفن: ۰۹۱۲۱۵۳۰۸۰۴-۰۹۱۲۱۵۱۷۹۷۲-۳۲۹۰۲۰۱
 آدرس: قم، اوار بسیج، بعد از کوچه ۲۳، پلاک ۲۱۳

درکارگاه زندگی

روابط عاطفی همسران
 در قالب داستان، مثال، تصویر و نکات علمی

- تدوین: مرتضی عابدان زاده زواره
- طراحی جلد: محمد صداقت
- تصویرگر: نینت یغمائیان مهابادی
- ویراستار: ناصر ناجی
- انتشارات: جوانان موفق
- نوبت چاپ: چاپ اول / تابستان ۹۵
- چاپ: پایدار اسلام
- لیتوگرافی: واحد فنی انتشارات ۰۹۱۲۱۵۱۷۹۷۲-۳۲۹۰۲۰۱
- شمارگان: ۶۰۰۰
- قیمت: ۶۰۰۰ تومان

مراکز پخش:

- اصفهان، زواره، کتابفروشی آفتاب، عابدان زاده ۰۹۱۳۲۶۱۲۵۹۴
- قم، پخش متین: ۰۹۱۲۱۵۳۰۸۰۴-۰۹۱۲۱۵۱۷۹۷۲-۳۲۹۴۰۷۱۹
- «کلیه حقوق برای مؤلف محفوظ است»

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۵	مقدمه
۷	مهارت و آگاهی؛ الفبای زندگی
۱۱	«زنان» را بهتر بشناسید
۲۳	«مردان» را بهتر بشناسید
۳۳	محبت؛ کیمیای زندگی
۳۹	احترام؛ مهمترین باید زندگی
۴۵	حمایت؛ آتش زیر خاکستر
۴۹	سازگاری؛ چاره مشکلات حل نشده
۵۵	چشم پوشی و گشت
۵۹	خشم، آتش فشنی بر درون
۶۵	لجبازی؛ بازی خطرناک زندگی
۶۹	گفتگو؛ مهارتی شیرین
۷۷	رازداری؛ راز اعتماد همسران
۸۳	امنیت؛ نیاز اولیه زندگی
۸۹	زن مطیع؛ فرمانروای قلب شوهر
۹۱	بدگمانی؛ آفت زندگی
۹۷	چشم و هم چشمی و دهن بینی
۱۰۷	بی انصافی؛ خودخواهی پنهان
۱۱۱	خیانت؛ طوفانی ویران گر

۱۲۱	خانواده‌ی همسر؛ خانواده من
۱۳۱	خدا؛ فصل مشترک زن و شوهر
۱۳۷	اقتصاد؛ تدبیر معیشت
۱۴۳	نشاط و شادمانی؛ شیرینی زندگی
۱۴۹	رضایت جنسی؛ استحکام روابط عاطفی
۱۵۹	شوریت؛ پشتیبان زندگی
۱۶۵	سحرز آفر
۱۶۶	منابع
۱۶۷	پی‌نوشت‌ها

مقدمه :

وقتی «پسر» و «دختر» خانه بودیم، نقش، وظایف و مسئولیت‌مان چیز دیگری بود؛ ولی اکنون نقش جدیدی را پذیرفته‌ایم! نقش «همسر» با وظایف و مسئولیت‌های جدید، یک «زن»، یک «شوهر»!

نقش جدید نیاز به آگاهی و مهارت جدید دارد که متأسفانه اغلب ما تلاش کافی برای کسب این آگاهی و مهارت نکرده‌ایم، نتیجه هم شده است: دعوا، درگیری، طلاق!

گفته می‌شود بیش از یک پنجم ازدواج‌ها به طلاق می‌کشد! و آنچه گفته می‌شود، فقط «طلاق‌های رسمی» است، تقریباً همین اندازه هم طلاق غیررسمی وجود دارد! یعنی زن و شوهرهایی که از نظر عاطفی از هم جدا شده‌اند؛ هرچند برای ثبت طلاق، به محضر رفت‌وآمد کنند!

اگر بخواهیم نقش همسری را یاد بگیریم و خوب ایفا کنیم، راهش کسب مهارت و آگاهی است! از این کتاب شروع کنیم؛ روزانه چند صفحه از آن را مرور کرده و تلاش کنیم آن را در زندگی اجرا نماییم.

این کتاب با هدف «خواندن آسان»، «درک آسان» و «کاربرد آسان» نوشته شده است، به طوریکه در آن، نظر

«صاحب نظران» به شیوه‌ای نو، قابل فهم، جذاب و بر اساس نیاز همسران ارائه شده است.

هر چند سعی شده بیشتر آنچه نیاز است، در این کتاب جمع‌آوری شود، ولی به این مقدار بسنده نکرده و به منابع دیگری که برخی از آن‌ها در آخر همین کتاب معرفی شده، مراجعه نماییم.

بسیار مهم دیگر اینکه کتاب را مطالعه کنیم، برای اینکه وظیفه‌ی خودمان را در زندگی مشترک پیدا کنیم، اگر و لازم در این کتاب به دنبال «وظایف همسران» بگردیم و وظایف را به او یادآوری کنیم، بهتر است از همین الان کتاب را کنار گذاشته و نخوانیم؛ این نکته بسیار مهم و جدی است.

«کتاب را فقط برای خودمان بخوانیم!»

مرتضی عبدالزاده — تابستان ۱۳۹۵