

گلبرگ مهر

مجموعه آموزش مهارت‌های زندگی

جلد اول:

تفاوت‌های ساختاری زنان و مردان

همراه با

اندکی پند و قند

ویژه کلاس‌ها و کارگاه‌های آموزش خانواده،

و عموم خانواده‌های ایرانی

تابستان ۱۳۹۶

مردشناسه	: محمدپور، لیلا، ۱۳۵۶ -
عنوان و نام پدیدآور	: گلبرگ مهر / مولف لیلا محمدپور.
مشخصات نشر	: قم: واصف لاهیجی، -۱۳۹۶
مشخصات ظاهری	: ج.
فروست	: مجموعه آموزش مهارت‌های زندگی.
شابک	: دوره: ۱- 978-600-7360-36-1 ج. ۱: 978-600-7360-37-8
وضعیت فهرست نویسی	: فنی
موضوعات	: ۱. تفاوت‌های ساختاری زنان و مردان
موضوع	: مهارت‌های زندگی
موضوع	: Life skills
موضوع	: زنشنویسی -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Marriage -- Psychological aspects
موضوع	: خانواده‌ها -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Families -- Psychological aspects
موضوع	: شوهران -- روابط خانوادگی
موضوع	: Husbands -- Family relationships
موضوع	: مردان -- روان‌شناسی
موضوع	: Men -- Psychology
موضوع	: زنان -- روان‌شناسی
موضوع	: Women -- Psychology
رده بندی کنگره	: HQ۲۰۳۷/م۳-ک۸ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۶۴۶/۷
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۸۷۷۲۴۱

گلبرگ مهر

مجموعه آموزش مهارت‌های زندگی

جلد اول:

تفاوت‌های ساختاری زنان و مردان

مولف: لیلا محمد پور

ناشر: واصف لاهیجی

چاپ: موسسه چاپ و نشر واصف

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

شمارگان: ۱۰۰۰

شابک دوره: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۶۰-۳۶-۱

شابک جلد اول: ۹۷۸-۶۰۰-۷۳۶۰-۳۷-۸

قیمت: ۹۵۰۰ تومان

طراح جلد: نرگس لویمی

مرکز پخش: مرکز سلامت روان گلبرگ مهر

تلفن پخش: ۰۹۳۹۳۲۷۶۴۷۲

آدرس سایت: golbargmehr.com آدرس کانال: @goolbarg_mehr

وقتی برای اولین بار و پس از یک جستجوی نقره‌ای در کوچه پس
کوچه‌های آبی خانواده و احساس، بر آن شدم تا برای پاسخ فیروزه‌ای‌ترین
موج تمنای دلم قلم به عشق بیارایم، نوای معطر گلستان مکتب استاد
معزز **دکتر شاهین فرهنگ** چنان بر قله‌ی فهم تبلور یافت که لذت
پروازی دوباره را حس کردم و ذره ذره غرق گشتم بدان دریای
عرفانی و سستی شد بر من تا به رقص واژگانی هر چند نارس
گل‌واژه‌هایش را به کمالگی از مهر آذین نمایم و صادقانه تقدیمش کنم
به وجود ثمین و مدرمشان.

و نیز

ماحصل این خرمن عاشقانه را چنانچه به آرمان لاجوردی مهر نگاه و به
بلندای شوق پر کشد خالصانه تقدیمش می‌کنم به ساداتین خواهر سیمین،
مهربانوی آب و آئینه سرکار خانم **لیلا عبدی** یکتا و بی‌همتای بی‌همتای
زرین قلم و خوش ذوق دنیای فهم و ادب. که حقیقتاً پیچش به بن‌تلمشان
ریشه در نردبان عشق دارد و احسان نگاهشان به بلندای نور است.

لیلا ممدپور

۱۷/ مرداد/ ۱۳۹۶

فهرست مطالب

عنوان	صفحه
مقدمه.....	۱
سخنی کوتاه با مخاطب.....	۵
عشق یا هوس؟!.....	۸
فقط اندکی سکوت را یاد بگیریم.....	۱۳
فاصله ماندن تا نماندن.....	۱۴
دختر است دیگر ترس.....	۱۵
خطرناک‌ترین جمله دنیا چیست؟.....	۱۷
دوستت دارم‌ها را به موقع بگویند.....	۱۹
امان از تهمت!.....	۲۰
کودک درون.....	۲۲
در دسرهای کودک درون.....	۲۲
غار دهان.....	۲۵
ناصرالدین شاه و مرد ذغال فروش.....	۲۵
دروغگوی در کودکان.....	۲۶
ریشه‌ی اختلاف کجاست؟!.....	۲۸
تفاوت ساختاری زنان و مردان.....	۲۹
قسمت اول: خانم‌ها جهت‌یاب‌های خوبی نیستند!.....	۲۹

تجسم فضایی.....	۲۹
انگیزش گرایی = مرگ تدریجی روان.....	۳۱
تفاوت ساختاری زنان و مردان.....	۳۴
قسمت دوم: «خانم‌ها بطور مادرزاد «زبان بدن» را بلدند در حالیکه مردان اصلاً «زبان بدن» نمی‌دانند!.....	۳۴
زبان بدن.....	۳۴
تفاوت ساختاری زنان و مردان.....	۳۷
قسمت سوم: خانم‌ها لاف‌ها هوای آقایون رو داشته باشید. مردان در میهمانی (خاصاً که زنان گردانند می‌شوند) کلافه می‌شوند!.....	۳۷
تفاوت ساختاری زنان و مردان.....	۳۸
قسمت چهارم: زنان جزئی‌نگر و نزدیک‌بین هستند و مردان کلی‌نگر و دوربین!.....	۳۸
کلی‌نگری مردان و جزئی‌نگری زنان.....	۳۸
جملگی در این کویر تشنه در عطش نگاهیم.....	۴۲
کافیست چینی دلش بند مهر دستانت باشد و بس!!!.....	۴۳
تفاوت ساختاری زنان و مردان.....	۴۵
قسمت پنجم: مردان به جهت ساختار مغزشان نمی‌توانند وقتی که در حالت منطقی و محاسبه عقلی‌اند با ناگه وارد میدان عشق و احساس شوند!.. و اتفاقاً عدم آگاهی به همین مسأله علت اصلی بروز بیشترین اختلافات بین همسران است!.....	۴۵
ساختار مغز خانم‌ها و آقایان.....	۴۵

- تفاوت ساختاری زنان و مردان..... ۴۹
- قسمت ششم: مردان به جهت حفظ سلامتی نیازمند آنند که بدون حضور همسر،
ساعاتی را در هفته با دوستان یا اقوامشان سپری کنند..... ۴۹
- تفاوت ساختاری زنان و مردان..... ۵۱
- قسمت هفتم: زنان نیازمند آنند که گوشی برای شنیدن درددل‌هایشان داشته باشند..... ۵۱
- توجه نمودن..... ۵۱
- یادمان باشد دلبسته، هم باشیم نه وابسته‌ی هم..... ۵۳
- تلنگر..... ۵۴
- تفاوت ساختاری زنان و مردان..... ۵۴
- قسمت هشتم: دایره طیف رنگی مردان نسبت به زنان، محدود است!..... ۵۴
- تفاوت ساختاری زنان و مردان..... ۵۷
- قسمت نهم: زنان بلند بلند فکر می‌کنند!!!..... ۵۷
- سؤال ۱؟ چرا باید مرد مرتباً پاسخگوی سؤالات پی‌پی همسرش باشد؟!..... ۶۱
- تفاوت ساختاری زنان و مردان..... ۶۲
- قسمت دهم: گرچه آمارها نشان از آن دارند که زنان بیشتر از مردان عمر می‌کنند،
لکن زنان سریع‌تر فرسوده و بیشتر از مردان بیمار می‌شوند!!!..... ۶۲
- چرا حضانت فرزند با پدر است؟!..... ۶۶
- چرا حضانت بچه‌ها با من نباشد؟!..... ۷۰
- حواسمان به انتخاب و انتخاب‌هایمان باشد..... ۷۳
- یه زمانی عاشق آشپزی بودم..... ۷۳

مقدمه

خانواده رکن اساسی جامعه‌ی انسانی است و شرط پویایی و استواری آن، وجود روابط صحیح و پدیدار میان همسران است. تحصیل معرفت به این گونه روابط، نیازمند آشنایی هر یک از اعضاء با وظایف و حقوق خویش است.

اهمیت پرداختن به موضوع «تحدیم خانواده»، ریشه در اهمیت نهاد خانواده دارد. و نهاد مقدس خانواده، رکن بنیادین اجتماع بشری و محمل فرهنگ‌های گوناگون است. و اولین شرط داشتن جامعه‌ای سالم و پویا، سلامت و پایداری خانواده است. و همه‌ی دستاوردهای علمی و هنری بشر در سایه‌ی خانواده‌های سالم و امن پدید آمده است.

اهمیت پرداختن به موضوع «تحکیم خانواده»، ریشه در اهمیت نهاد خانواده دارد. نهاد مقدس خانواده، رکن بنیادین اجتماع بشری و محمل فرهنگ‌های گوناگون است تا آن‌جا که سعادت و شقاوت امت‌ها، مرهون رشادت و ضلالت خانواده می‌باشد.

در تبیین مفهومی تحکیم روابط خانواده این پرسش مطرح است که برآستی مقصود از تحکیم خانواده چیست؟ آیا منظور نگه داشتن بنایی هر قدر سست و ناپایدار صرفاً با حفظ نامی از آن است؟ آیا منظور، پایداری خانواده، به قیمت کوتاه آمدن یک طرف و پذیرش ظلم از سوی او و بی‌عدالتی از طرف مقابل است؟ آیا صرف اجتماع چند وابسته خونی یا سببی، زیر یک سقف با هر گونه روابطی هر قدر ظالمانه، با نادیده گرفتن حقوق و شخصیت انسانی یک نفر و زورگویی و یک‌تاری دگر، خانواده‌ای محکم خواهد بود؟ به طور قطع، سر پا بودن خانواده با تسلط بر سوی یک فرد و بردباری از سر ناچاری و ترس از فروپاشی از سوی دیگری، استحکامی در پی نخواهد داشت و اگر در ظاهر پایدار بماند، از درون پوسیده و فروپاشی خواهد شد.

مقصود از تحکیم خانواده، فراگیری اصل اعتدال میان همگان، حاکمیت اخلاق و حفظ حقوق همه‌ی اعضاست. اگر هدف از برقراری زوجیت و تشکیل خانواده، به تعبیر قرآن، «به سکونت رسیدن اعضاست» لازم است که همه‌ی رفتارها و تعاملات در راستای تحقق این هدف باشد و استمرار تحکیم، به کمال رساندن همین سکونت است که با کمترین ظلم، نامردی و تحقیر حتی یک عضو در خانواده، سازگار نیست.

همچنین خداوند بلندمرتبه در آیه ۶ سوره تحریم پیرامون اهمیت مسئولیت انسان در برابر خانواده می‌فرماید: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا؛ ای کسانی که ایمان آورده‌اید، خود و خانواده‌تان

را از آتشی که هیزم آن مردمان و سنگ است، حفظ کنید.» براساس این آیه خداوند اهمیت مسئولیت انسان در برابر خانواده را بیان می‌کند و تربیت دینی فرزندان را بر عهده مدیر خانواده قرار می‌دهد.

اما پیرامون مدیریت و کنترل در علم روانشناسی قانونی به نام قانون «ده - نود» وجود دارد که می‌گوید ده درصد از اتفاقات زندگی انسان در کنترل ما نیست اما از آن اتفاق به بعد همه چیز در اختیار و در کنترل ما است.

مهم نیست عمل طرف مقابل ما درست باشد یا غلط، مهم عکس‌العمل ما است که اگر درست و منجده باشد همه چیز شیرین خواهد بود؛ بهتر است هر کس از خود شروع کند و سعی کند عمل و عکس‌العمل خود را درست کند.

و چه نکو فرمایشی دارند استاد بزرگوارم شاهین فرهنگ در این امر که «... در مواجهه با اشتباهات همسرمان از اصل «تغافل و تدبیر» استفاده کنیم، بدین معنی که اصل تغافل می‌گوید در مواجهه با خطای دیگران خود را به غفلت بزنیم و بدانیم اگر اطرافیان خود را به خاطر اشتباهاتشان تحت فشار قرار دهیم اشتباهات آنها بیشتر برون‌ریزی می‌کند؛ پس اشتباهات دیگری را به رخ هم نکشیم.

و در ادامه اضافه می‌کنند که ذره‌بین را روی خطای اطرافیان خود نگیریم چون خطا را بزرگ می‌کند بهتر است از اصل تدبیر استفاده کنیم که می‌گوید ذره‌بین را روی خوبی‌های اطرافیانمان بگیریم و بدانیم اگر از آنها تعریف کنیم کنار ما خواهند ماند.

«بر همین اساس گفتنی است، اثر حاضر گامی ست مختصر در راستای شناخت مهارت‌های زندگی و در جهت تحکیم خانواده که به زبانی ساده و روان و قابل فهم برای همگان، به تحریر درآمده است. باشد که شمیم گلبرگش به مشام معطر آید و باب خیری باشد زرین در جهت رویش اذهان و تحکیم بنیان مقدس خانواده.»

ان شاء الله

لیلا ممدپور

۱۳۹۶/۵/۵

www.ketab.ir