

تاکتیک‌ها و تکنیک‌های

خوشبختی

(ویژه همسران)

www.ketab.ir

نویسنده: حسین عبدالهی

عبداللهی - حسین ۱۳۶۲	سرشناسه:
تاکتیک‌ها و تکنیک‌های خوشبختی (ویژه همسران) / حسین عبداللهی	عنوان و نام پدیدآور
ایرا هستان - ۱۴۰۰	مشخصات نشر
ص. ۱۶۴	مشخصات ظاهری
۹۷۸-۶۰۰-۷۶۸۰-۵۵-۱	شابک
فیا	وضعیت فهرست‌نویسی:
زناشویی - ارتباط	موضوع:
Communication in marriage	
زناشویی - ارتباط - جنبه‌های روان‌شناسی	
Communication in marriage -- Psychological aspects	
زناشویی (اسلام)	
Marriage -- Religious aspects -- Islam	
HQ۷۴۳	رده‌بندی کنگره:
۳۰۶/۸۱	رده‌بندی دیویی:
۸۷۸۴۰۰	شماره کتابشناسی ملی:



انتشارات ایراهستان: ۰۹۱۷۳۸۲۷۰۰۲ -- irahestanpub@gmail.com

شماره تماس نویسنده: ۰۹۱۷۷۰۸۲۳۲۵

نام کتاب: تاکتیک‌ها و تکنیک‌های خوشبختی

مؤلف: حسین عبداللهی با همکاری زبیده عبداللهی

ناشر: انتشارات ایراهستان

نوبت چاپ: اول - ۱۴۰۱

شمارگان: ۵۰۰ جلد

قیمت: ۷۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۶۸۰-۵۵-۱

فهرست:

۲۱	مقدمه
۲۵	هنگام ورود به خانه چه کنیم
۲۵	رفتار مرد در خانه چگونه باشد
۲۵	نوع برقراری رابطه
۲۵	رفع ایراد در زندگی
۲۶	نقش گذشت در زندگی
۲۶	تواضع داشتن
۲۶	موقع درخواست ارتباط جنسی چه رفتاری داشته باشیم
۲۷	منت گذاشتن
۲۸	تصور اشتباه قبل از ازدواج
۲۹	رسم و رسومات دعوا
۳۰	مشکلات اوائل ازدواج
۳۰	خودخواه نبودن
۳۱	آفت‌های صمیمیت
۳۱	طریقه رفتن به خانه خانواده همسر
۳۲	بدگویی جلوی دیگران

۳۲	قوانین هنگام عصبانیت
۳۲	راه حل رفع مشکلات
۳۳	قانع بودن
۳۴	چگونه قهر کنیم
۳۴	سرکوفت نزدن
۳۵	اصولی که آقایان در همسر داری رعایت کنند
۳۵	بدی گفتن اسرار قبل از ازدواج
۳۶	قوانین قهر کردن
۳۶	چهار اصل شناخته برای ازدواج
۳۷	راه درمان نگاه کردن مرد به زنان بیگانه
۳۷	راه‌های فروپاشی زندگی (ناتوانی)
۳۸	راه درست کردن هیجان در زندگی
۳۹	سرد مزاجی
۴۰	چگونه همدیگر را صدا کنیم
۴۰	چه جویری یک خانوم شیطان باشیم
۴۱	دوست داری همسرت چگونه با تو حرف بزند
۴۱	دلبری کردن از راه گوشی موبایل
۴۲	با همسر لجباز چگونه رفتار کنیم
۴۳	دهانتان را چفت کنید
۴۳	تحقیر ممنوع
۴۳	طریقه رفتار با همسر غرغرو
۴۴	برخورد با گلایه اطرافیان نسبت به همسر
۴۴	نعمت هم صحبتی با هم
۴۵	حساب مشترک

۴۵	بی تفاوتی نسبت به ناراحتی همسر
۴۶	موقع ورود همسر چگونه برخورد کنیم
۴۶	به جای قهر کردن چه کنیم
۴۷	از همسر خود تعریف کنید
۴۷	ورود اطرافیان ممنوع
۴۷	راه برخورد با مردان
۴۸	مکالمات مطلوب
۴۸	به ما چه که
۴۸	دعواهای بیهوده
۴۸	زبان عشق در اسلام
۴۹	جستجوی موبایل همسر
۴۹	زندگی زیر یک سقف
۴۹	بی توجهی به همسر ممنوع
۵۰	سه قدرت معجزه گر
۵۰	حق انتخاب
۵۱	دانستنی ویژه آقایان
۵۱	برنده دعوی زناشویی
۵۱	بهترین راه حل جلوگیری خیانت
۵۲	پنج کلید موثر در زندگی
۵۲	برخوردها و سیاست‌های همسرانه
۵۲	ارتباط با خانواده‌ها
۵۳	زوج‌های شاغل
۵۳	مقصر کیست
۵۳	تکنیک‌های دلبری

مقدمه :

خانواده، اولین نهاد اجتماعی و کوچکترین واحد تشکیل دهنده جامعه است. رشد و شکوفایی این نظام محبوب و بی بدیل، مرهون شناخت و رعایت دقیق حقوق هر یکی از اعضای آن نسبت به یکدیگر است، تأمین شرایط زندگی شیرین و شایسته و ایجاد محیط سالم و امن محصول ایمان و توکل بخدا و بالا بردن سطح اطلاعات و کسب مهارت و سبک زندگی اسلامی می باشد.

یکی از مکتب‌هایی که برای انسان سازندگی فوق‌العاده دارد، محیط خانه است. در این جاست که زن و مرد می‌توانند بسیاری از فضایل انسانی را کسب کنند و رذایل اخلاقی فراوانی را از خود بزدایند اگر بگوییم محیط خانه مانند جبهه، مکتب انسان‌ساز قوی است، مبالغه و سخن‌گزار ننگفته‌ایم. نظام خانواده، آنقدر ارزشمند و محبوب است که در اسلام هیچ بنایی محبوب‌تر از او پایه‌ریزی نشده است. و پیامبر اسلام(ص) در این باره می‌فرماید: «مَا بُنِيَ بِنَاءٌ فِي الْإِسْلَامِ أَحَبَّ إِلَى اللَّهِ عَزَّوَجَلَّ مِنْ الْأَتْرَافِ» در اسلام هیچ نهادی محبوب‌تر و عزیزتر از تشکیل خانواده در نزد خداوند بنا نشده است.

امروزه با وجود مشکلات و دغدغه‌های زندگی مدرن و افزایش روز افزون فشارهای روانی روی اشخاصی که در یک خانواده و در کنار هم زندگی می‌کنند، امکان دارد در اکثر مسائل و موارد با یکدیگر هم نظر و هم عقیده نباشند. عدم تفاهم و اتفاق نظر نداشتن می‌تواند موجب بروز چالش‌ها و مشکلات احتمالی گردد. شما برای این کار نباید به هیچ عنوان در برابر معضلات زندگیتان تسلیم شوید. با اعتماد به نفس و قدرت سعی کنید این مشکلات را حل کنید و با کمک گرفتن از یک مشاور راهکاری منطقی و صحیح پیدا کنید. اغلب اوقات مشکلات به ظاهر ساده و کوچک، آنقدر رشد کرده و بزرگ می‌شوند که به عنوان یک معضل جدی محسوب شده و می‌توانند امنیت زندگی را به خطر

بیاندازند. در کل می‌توان گفت مشاور خانواده همراه با ارزیابی و بررسی چالش‌ها و معضلات اعضای یک خانواده، از بروز مشکلات و مسائل احتمالی پیشگیری می‌نماید.

مهم‌ترین مسأله‌ای که در زندگی هر کسی بیشتر از همه چیز اهمیت دارد، وجود یک زندگی بر پایه عشق و محبت و پر از اتفاقات خوش و لحظات زیباست که البته همیشه هم به این روال طی نخواهد شد. به منظور پرهیز از این شرایط توصیه می‌شود مشکلات خود را با بینش و آینده‌نگری با مشاور با تجربه و مجرب مطرح نمایید و این مشکلات را از طریق تکنیک‌های روانشناسی که به شما آموزش داده می‌شود، برطرف کنید.

آری، در جوامع امروزی با وجود پیشرفت‌های روزافزون تکنولوژی؛ آدمی در مقوله زندگی شخصی خویش گاهی دچار نوعی سردرگمی و بلاتکلیفی می‌شود. بنابراین می‌توان برای رسیدن به آرامش درونی و گریز از تنش و فشارهای روانی حاکم بر زندگی روزمره و خلاصه برای این‌که بتوانیم به آنچه از یک زندگی مشترک ایده‌آل می‌خواهیم با مطالعه این کتاب به آن دست یابیم.

یک کتاب مشاوره‌ای خوب کمک می‌کند که چگونه رابطه بهتری با همسران پیدا کنید که در آنها نه تنها نیازها و خواسته‌هایتان را بیان کرده بلکه بدون عصبانیت به حرف‌های همسران نیز گوش می‌دهید. و یاد می‌گیرید که اختلاف‌ها و مشکلات بوجود آمده را به شکل سالم‌تر و بهتر بدون توهین حل کرده و درک بهتری از خواسته‌ها و انتظارات یکدیگر پیدا کنید و سوء تفاهم‌ها بین شما تا حد زیادی از بین می‌رود.

همچنین نقاط ضعف و قوت موجود در زندگی زناشویی و سیستم خانواده به صورت کامل شناسایی و حل می‌شود.

کتاب حاضر حاصل چند سال مطالعه و فیش برداری از کتابهای روانشناسی و تجربه علمی، عملی و تجربی در زمینه مشاوره خانواده است.

کتاب تاکتیک‌ها و تکنیک‌های خوشبختی ویژه همسررداری به ما راهکارهایی ارائه می‌کند که احساس، عشق و محبت را بروز داده و در لحظه زندگی کنیم. رنج‌ها را در آغوش بکشیم و آن‌ها را به عنوان بخشی از زندگی‌مان بپذیریم.