

حلقه‌های گمشده در روابط زناشویی و خانواده

آسیب‌شناسی خانواده امروزی و مهارت‌های تحول در زندگی

جلد (۱)

کمال هادی (اورموی)

نشر درنا قلم

تهران، ۱۳۹۴

سرشناسه: هادی، کمال، ۱۳۴۰ -
 عنوان و نام پدیدآور: حلقه‌های گمشده در روابط زناشویی و خانواده / اثری از کمال هادی (اورموی)،
 مشخصات نشر: تهران: درنا قلم، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری: ۲ جلد.
 فروست: آسیب‌شناسی خانواده امروزی و مهارت‌های تحول در زندگی.
 شابک: جلد اول: 978-600-7377-10-9 جلد دوم: 978-600-7377-11-6
 دوره: 978-600-7377-12-3

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا
 یادداشت: چاپ قبلی: فرسار، ۱۳۹۲
 موضوع: زناشویی - زناشویی - ارتباط - روابط بین اشخاص
 رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۳ ح ۸ / ۱۶ هـ / HQ ۷۴۳
 رده‌بندی دیویی: ۷۸/۶۴۶
 شماره کتابشناسی ملی: ۳۷۱۹۳۸۲

حلقه‌های گمشده در روابط زناشویی و خانواده (جلد ۱)

اثری از کمال هادی (اورموی)

آماده‌سازی و اجرا: پژمان آرایش

طرح جلد: کمال هادی

ناظر فنی: آرش موسوی عربانی

چاپ اول: ۱۳۹۴

شمار نسخه‌های این چاپ: ۱۰۰۰

حق چاپ برای نشر درنا قلم محفوظ است

لیتوگرافی: زاویه نور / چاپ: کاج / صحافی: پیکان

مرکز پخش: مؤسسه گسترش فرهنگ و مطالعات

تلفن و دورنگار: ۷۷۳۵۴۱۰۵

آدرس اینترنتی: www.gbook.ir

قیمت: ۱۵۰۰۰ تومان

رویکرد اصلی این مجموعه براساس شناخت درمانی و آسیب شناسی خانواده می باشد که جهت کسب بینش کلی و رفع اتهام و امتناع از زدن مارکهای معمول مانند اختلال روانی و غیره از افراد تدوین شده و هدف ما یافتن علل عملکرد نادرست زوجین و سیستم خانواده در روابط و کنش و واکنش متقابل برای ارائه راهکارهای عملی جهت حل مشکلات و بازگرداندن امنیت و آرامش به خانواده می باشد. لذا ریشه یابی و حل مشکلات درهم تنیده خانواده بدون توجه به چگونگی ویژگیهای فردی، مقدور نخواهد بود.

گرچه کتابهای زیادی در مورد مسائل اخلاقی خانواده نوشته شده، ولی امروزه بجهت پیچیده تر شدن مسائل، نیاز به بررسی تحلیلی و ارائه راهکارهای شناختی و عملی بیشتری می باشد تا زوجین به ویژگیهای عملی و اکتسابی خود و طرف مقابل واقف شده و بتوانند از یک زندگی سالم بهره مند شوند. در غیر این صورت همچنانکه مشاهده می شود هر روز بر دامنه اختلافات و آسیبهای اجتماعی، مخصوصا طلاق افزوده می گردد. در این مجموعه سعی شده آنچه را که خانواده ها و جوانان امروزی با آن گریبانگیر هستند، بصورتی کاملا ساده بیان گردد. لذا از خوانندگان عزیز انتظار می رود مطالب آن را با حدیث و آرامش مطالعه نموده و در زندگی بکار بندند و اگر آنها مفید یافتند و احساس کردند که توانسته است نقشی مثبت و سازنده در زندگیشان بازی کند به کسانی که دوستشان دارند توصیه نمایند.

همچنین از آنجاییکه این مجموعه در مراکز آموزشی و مشاوره بعنوان کتاب مرجع، مورد استقبال زیادی قرار گرفته است، دست یاری بسوی همکاران، صاحب نظران، اساتید و محققین محترم دراز کرده، تقاضا دارم در هرگونه قصور و کوتاهی و مشکل محتوایی، بنده را از راهنماییهای خویش بی نصیب نگذارند. لذا مطالب جدیدی که بعنوان نظر شخصی مطرح شده، خود جای بحث دارند و جا دارد آنها را بعنوان یک پیش فرض تلقی نموده و مورد تحقیق و مذاقه قرار دهند. باشد که بتوانیم به مقابله با غول وحشتناک ناآگاهی که نسل بشریت را تهدید می کند با خیریم، غولی که علنا و عملا جنگ جهانی سوم را علیه بشریت اعلان نموده است.

«امید که مورد قبول خاص و عام قرار گیرد»

«تفکر و شناخت مثل چتر نجات است. وقتی عمل می کند که باز شده باشد؛ وگرنه سودی نخواهد داشت.»

- حلقه اول: لزوم تغییر افکار..... ۱۱
 سخنی با خواننده
- حلقه دوم: شناخت ویژگیهای طبیعی و اکتسابی زن و مرد..... ۱۷
 ویژگیهای ذاتی و اکتسابی انسانها
 هیولای تاریخی
 نیازهای انسانی
 مقایسه نیازهای متقابل مرد و زن
 ویژگیهای جنسیتی زن و مرد
- حلقه سوم: نقش هورمونها در زندگی زناشویی..... ۸۱
 تستوسترون بعنوان نقش اول ستارو زناشویی
 تاثیر تستوسترون در روابط جنسی
- حلقه چهارم: نقش مسائل جنسی بعنوان شاه حلقه گمشده..... ۹۱
 آغاز حیات جنسی
 آموزش مسائل جنسی بعنوان (تابو)
 علل جنسیت گریزی زنان
 انتخاب زوج
 تفاوت در نیازهای جنسی و تحریک احساسات جنسی
 مقدمات یک رابطه جنسی انسانی و مطلوب با زن
 مراحل طبیعی نزدیکی
 موانع ارگاسم و روابط سالم جنسی
 اختلال سرد مزاجی در زن
 اختلالات جنسی مردان
- حلقه پنجم: مفهوم عشق و نقش آن در زندگی..... ۱۱۹
 مفهوم عشق
 دو رویکرد متفاوت عشق
 سبکهای عشق
 چگونگی کشف زبان عشق یا نیاز طلایی افراد
- حلقه ششم: مفهوم ازدواج و علل طلاق..... ۱۳۳
 مفهوم ازدواج

بررسی کیفیت جنسی گروههای چهار گانه

انگیزه های ازدواج

اصول ازدواج

مسائل عمده تشکیل خانواده

حلقه هفتم: رشد و مسائل موجود در آن ۱۵۲

مفهوم رشد

مراحل رشد

قبل از تولد

بعد از تولد

دوره کودکی اول

دوره کودکی دوم

هدایت رفتاری کودکان

دوره کودکی سوم (دوره آرامش)

تربیت یا نقش پذیری (بازنگری در مفهوم تربیت)

حلقه هشتم: اختلالات روانی، رفتاری و شخصیتی ۱۷۳

اختلالات کودکی

اختلالات اضطرابی

اختلالات خلقی

اختلالات هذیانی

اختلالات تجزیه ای

اختلالات جنسی

اختلالات شخصیت

حلقه نهم: کالبدشکافی بی وفایی و خیانت ۲۰۱

انواع خیانت

عمده ترین علل بی وفایی

علل شخصیتی خیانت

مراحل واکنشی مرد و زن در مقابل خیانت

روشهای برخورد با خیانت

حلقه دهم: یادگیری و هدایت رفتاری افراد ۲۱۱

یادگیری و انواع آن

فراموشی

هدایت رفتاری

روشهای تقویت رفتارهای موجود

روشهای ایجاد رفتارهای تازه

روشهای نگهداری رفتار

روشهای کاهش رفتارهای نامطلوب

تنبيه بدنی

اثرات تنبيه

..... ۲۳۲ حلقه یازدهم: بلوغ نوجوانی

کیفیت بلوغ

ماهیت بلوغ

هویت

ابعاد مختلف بلوغ

اختلالات بلوغ

بلوغ زود رس و عوارض آن

بلوغ دیررس و عوارض آن

بلوغ دیر پا

بلوغ ترکیبی (فاجعه قرن)

ویژگیهای عمومی نوجوانی

..... ۲۶۱ حلقه دوازدهم: مسائل و آفتهای بلوغ

آسیبهای اجتماعی

مثلث شوم! (دروغگویی، بزهکاری و دزدی)

انواع انحرافات جنسی

علل خود ارضایی و انحرافات جنسی

اختلالات خواب

دیدگاههای روانشناسان در مورد خود ارضایی

..... ۲۸۳ حلقه سیزدهم: راههای تسهیل و کاهش عوارض بلوغ

راهکارهای تسهیل بلوغ و کاهش عوارض آن

آثار و عواقب بی اطلاعی نوجوان از مسائل بلوغ

نقش مدرسه و مسائل مربوط به تحصیل نوجوانان

آیا تا کنون هرگز از خود پرسیده اید که چرا امروزه هر چقدر به آسایش انسان افزوده می شود به همان نسبت از آرامش او کاسته می گردد؟ برآستی کجای این معادله کورمی لنگد؟ با توجه به بازخوردها، ایمیل‌های تشکرآمیز و تجربیات ارسالی و استقبال گرم، امیدوار کننده و بی نظیری که از طرف خوانندگان عزیز و همکاران محترم در مراکز آموزشی و مشاوره از چاپ اول این مجموعه دریافت نمودم، برآن شدم که با انرژی مضاعفی چاپ دوم را با تغییرات و بازنگریهای اساسی و اطلاعات بروز شده بچاپ برسانم.

لازم به ذکر است جهت رفاه حال خوانندگانی که بصورت موضوعی دنبال مباحث کتاب بصورت مستقل می باشند، تصمیم گرفتیم تا هر کدام از فصلهای این مجموعه را بصورت سری کتاب های مجزا با عنوانهای اختصاصی و بطور تفصیلی بچاپ برسانیم که نام برخی از آنها در انتهای جلد ۲ آمده است.

همچنانکه در چاپ اول نیز ذکر شد شاید خواننده محترم با مطالعه این مجموعه، این جمله در ذهنش تداعی می شود که: «خوشا به حال همسر و فرزندان نویسنده که با دانستن این مطالب یک زندگی آرمانی و ایدآل را تجربه کرده و خوشبختی واقعی را تحقق بخشیده اند» ولی باید اعتراف کنم که شاید قضیه برعکس باشد چرا که من هم مثل میلیونها مرد دیگر آنچه در بیش از نیمی از عمر خود و بیست سال زندگی مشترک با روشهای سنتی و آزمایش و خطا طی کرده ام، اکنون شما خواننده سعادتمند در چند روز مطالعه این مجموعه بدان دست می یابید یعنی ره صد ساله را یک شبه می پیمایید. بنابراین جا دارد که من به خوشبختی شما غبطه بخورم که بدین سادگی می توانید با تحول در زندگی خود، براحتی راه سعادت و خوشبختی را بیابید. لذا بر آن شدم که ضمن تحولی اساسی در زندگی خود و خانواده ام، بقیه انسانها را نیز متوجه حلقه های گمشده زندگی نموده و با بازسازی آنان از تکرار خطاهای جاری، به وظیفه انسانی خود عمل کرده باشم. گر چه ضروریات امروز سعی در سوق دادن مردان بسوی ویژگیهای زنان و برعکس دارد ولی با توجه به اینکه این امر موجب جابجایی نقش طبیعی این دو جنس و برهم خوردن تعادل طبیعی آنان و نهایتا به از هم پاشی خانواده و جامعه می انجامد، بنابراین اصرار مؤکد نگارنده در این کتاب بر خلاف نظرات فیمینیستی که هدف آن ملبس شدن زنان به ویژگیهای مردانه و ملبس شدن مردان به ویژگیهای زنانه است نمی باشد، بلکه صرفا دست نخوردن ویژگیهای آنان همراه با درک نیازها و ویژگیهای متقابل بوده است. باشد که بتوانم بدین وسیله آنگونه که باید در زندگی شما و آیندگان تاثیر گذار باشم. «انشاءالله»

«کاش مردان حرمت مرد بودنشان و زنان شوکت زن بودنشان را ارج نهند»

چند نکته اساسی در رابطه با مطالعه مفید این کتاب:

- ✓ این کتاب در نهایت بیطرفی نگاشته شده و در مسائل خانواده هیچ قضاوتی نمی تواند صورت گیرد تا یکی را مقصر شناخت، زیرا بقدری مسائل ریز و پیچیده هستند که مقصر دانستن یکی، و بری دانستن دیگری، اشتباهی محض می باشد لذا سعی بر آنست که فقط بدنبال حلقه گمشده گشت نه مقصر؛ بنابراین در مطالعه بخشهای مختلف آن، فوراً انگشت اتهام را بسوی طرف نشانه نروید و نگویید که «بیا، درست منظور نویسنده تویی» زیرا این کار یعنی نشانه رفتن بر روی ضعف او که موجب رنجش و مقاومت وی برای پذیرش مطلب خواهد بود.
- ✓ بخشهای این کتاب حالت عمومی دارند، بنابر این وقتی صحبت از زن یا مرد می شود، شامل اکثریت مردم می شود نه همه آنها، قطعاً استثناهایی نیز وجود دارند که بحث مورد نظر شامل آنان نمی گردد، لذا نباید آنها را جسارت به شخصیت خود تلقی نمایند.
- ✓ معمولاً اغلب ما انسانها در هر مرحله از زندگی، افکار و اندیشه های خود را برتر از دیگران دانسته و بر درست بودن آنها اصرار داشته و ایمان داریم، اما این افکار و اندیشه ها نسبت به دیگران و حتی گذشته و آینده ما در سطح معینی از شناخت قرار دارند و قابل تغییرند. حال قبل از ادامه مطالعه این کتاب، برای چند لحظه، افکار، باورها، نگرشها، و اندیشه های کلی خود را در زمینه های مختلف اجتماعی، تربیتی، اخلاقی، ویژگیهای شخصیتی و روابط خانوادگی از نظر بگذرانید و بر قطعیت آنها تأمل کنید. (این کار را در روان شناسی، آزمون ورودی یا سطحش سطح آگاهی اولیه می گویند) همین کار را بعد از اتمام مطالعه کتاب نیز دقیقاً انجام دهید (آزمون نهایی) و به تغییرات حاصله توجه نمایید و ببینید آیا شما همان انسان چند روز پیش هستید؟
- ✓ استفاده از واژه زنان یا مردان، در واقع همان جنس نر و ماده می باشد که شامل پسرها و دخترها نیز می باشد.
- ✓ تکرار برخی از مطالب بخاطر اهمیت موضوع بوده و حمل بر خسته کنندگی نگردد.
- ✓ جهت استفاده عموم مردم، تا آنجایی که امکان دارد از مطالب تخصصی پیچیده خودداری شده و در بحثهایی که احتمالاً بنظر متخصصین محترم، از تستهای ساده یا شاید غیراستاندارد استفاده یا خلط مطلب شده و از حالت تخصصی خارج شده است، این کار صرفاً برای ساده نمودن درک خواننده بوده است.