

چگونه در روابط با همسرمان به صمیمیت، عشق و آرامش برسیم

نویسنده:

فاطمه دهقانی

مشاور، محقق و پژوهشگر در زمینه خانواده

سرشناسه: دهقانی، فاطمه -

عنوان: چگونه با همسرمان به صمیمیت، عشق و آرامش برسیم

تکرار نام پدیدآورنده: فاطمه دهقانی

مشخصات نشر: تهران، یاری گر، ۱۳۹۵

مشخصات ظاهری: ۲۶۴ ص

بها: ۱۷۰۰۰ ریال ISBN: 978-600-8725-10-7

وضعیت فهرست نویسی: فیا.

موضوع: زنشویی - - ارتباط

موضوع: عشق

موضوع: ارتباط بین اشخاص

نوع: صمیمیت

ردم کی کنگره: ۱۳۹۵، چ ۸ HQ۷۴۳:د۹

بده بندی دیویی: ۶۴۶۱۷۸

شماره مدرک: ۴۱۲۶۳۴

انتشارات

یاری گر

نام کتاب: چگونه با همسرمان به صمیمیت، عشق و آرامش برسیم

نویسنده: فاطمه دهقانی

ناشر: یاری گر

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۶

چاپخانه: انسان

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

قیمت: ۱۷۰۰۰ تومان

شابک: ۷-۱۰-۸۷۲۵-۶۰۰-۹۷۸

کلیه حقوق این اثر محفوظ می باشد.

تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، خیابان روانمهر، پلاک ۱۳۴

تلفن: ۰۹۳۹۱۵۳۲۴۱۰

فهرست

مقدمه	۹
فصل اول	۳۵
گوش سپردن به همسران راهی است برای احترام گذاشتن به او	۳۵
فصل دوم	۴۹
به موازات آنکه کنترل همسران را کنار می‌گذارید، قدرت بیشتری به دست می‌آورید!	۴۹
فصل سوم	۶۹
رازدار باشید، سرکشی و سرسپردگی یک راز بزرگ است!	۶۹
فصل چهارم	۷۳
ابتدا از خودتان مراقبت کنید و بعد به فکر دیگران باشید.	۷۳
فصل پنجم	۸۳
جسارت بیان آرزوهایتان را داشته باشید.	۸۳
فصل ششم	۹۵
مدیریت مالی کاری طاقت فرسا است، این را به همسران واگذار کنید!	۹۵
فصل هفتم	۱۱۳
با تمام وجود بپذیرید!	۱۱۳
فصل هشتم	۱۲۳
زنجره‌ای از دوستی‌های معنادار با زنان دیگر برقرار کنید!	۱۲۳
فصل نهم	۱۲۹
مواظب باشید در دام اسیر نشوید!	۱۲۹
فصل دهم	۱۳۷
انتظارات منفی ایجاد نکنید!	۱۳۷
فصل یازدهم	۱۴۳
چرا باید به جای دیگران فکر کنید؟	۱۴۳
فصل دوازدهم	۱۵۱

۱۵۱	 بهتر نیست فضای کمی هم برای هم‌تیمی خود قائل شوید!
۱۵۷	 فصل سیزدهم
۱۵۷	 شعار برابری را رها کنید!
۱۶۵	 فصل چهاردهم
۱۶۵	 جرأت «نه» گفتن داشته باشید!
۱۷۵	 فصل پانزدهم
۱۷۵	 آسیب‌پذیر بودن ضعف نیست!
۱۸۱	 فصل شانزدهم
۱۸۱	 در شرایط آسیب‌پذیری واکنش نشان ندهید
۱۸۵	 فصل شانزدهم
۱۸۵	 بگذارید شور و غرور زنان در زندتان باشد
۱۹۳	 فصل هفدهم
۱۹۳	 به ندای قلب خود گوش دهید
۲۰۱	 فصل هجدهم
۲۰۱	 در رابطه‌ی جنسی، زنانگی خود را نشان دهید!
۲۰۵	 فصل نوزدهم
۲۰۵	 خود را تحقیر نکنید!
۲۱۳	 فصل بیستم
۲۱۳	 مراقب نکات انحرافی باشید!
۲۲۱	 فصل بیست و یکم
۲۲۱	 وابستگی‌های معنوی ارزشمند است!
۲۲۷	 فصل بیست و دوم
۲۲۷	 به همسران فرصتی دهید تا حلال برخی مشکلات باشد!
۲۳۵	 فصل بیست و سوم
۲۳۵	 اطلاعات خود را در زمینه‌ی روانشناسی مردان افزایش دهید!
۲۴۳	 فصل بیست و چهارم
۲۴۳	 پیشرفت‌های خود را ارزیابی کنید!

۲۵۳	 فصل بیست و پنجم
۲۵۳	 انرژی مازادتان را صرف رشد خود کنید!
۲۵۹	 فصل بیست و ششم
۲۵۹	 حالا چگونه است؟

www.ketab.ir

مقدمه

«عشق تجربه‌ای بس آسان است!
 چه ساده است ماندن در محراب عشق!
 و چه باشکوه است تنهایی، بهترین بهانه برای عاشق شدن!
 مهم یافتن معشوقی است که حضور مستمر او ما را به سوی آن چه که
 می‌خواهیم شویم، سوق دهد.»
 آنالوئیز استرانگ^۱