

اینجا خانه
شماست

مجله



مهارت‌های ارتباط موفق
با خانواده همسر
محمدحسین قدیری

سرشناسه: قدیری، محمد حسین، ۱۳۵۲ -
 عنوان و نام پدیدآور: مادر شوهرت را بکش / نویسنده محمد حسین قدیری / ویراستار سمیه دقاغیان.
 مشخصات نشر: اصفهان: مهرستان، ۱۴۰۰.
 مشخصات ظاهری: ۲۲۲ ص. ۵/۱۴ x ۵/۲۱ سم.
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۸۲۴۱-۹۸-۴
 وضعیت فهرست نویسی: فیا
 موضوع: زنان (همسر) -- روابط خانوادگی
 Wives -- Family relationships موضوع:
 موضوع: شوهران -- روابط خانوادگی
 Husbands -- Family relationships موضوع:
 موضوع: زن و شوهر
 Husband and wife موضوع:
 موضوع: خانواده‌ها
 Families موضوع:
 شناسه افزوده: دقاغیان، سمیه، ۱۳۵۹ -، ویراستار
 رده بندی کنگره: HQ۷۵۹
 رده بندی دیویی: ۶۴۶/۸۷
 شماره کتابشناسی ملی: ۷۵۶۸۱۰۰

مادرشوهرت را بکش (مادر زن) های ارتباط موفق با خانواده همسر

نویسنده: محمد حسین قدیری

ویراستار: سمیه دقاغیان

طراح جلد: آرزو آقابابائیان

صفحه آرا: نجف نجفی

ناشر: مهرستان

چاپ: اول، ۱۴۰۰

شمارگان: ۲۰۰۰ جلد

قیمت: ۵۴۰۰۰ تومان

تارنما: www.mehrestan.ir

رایانامه: mehr@mehrestan.ir

سامانه: ۰۳۰۰۷۹۶۲۱۰۰۱۰۰

نشانی: اصفهان، خیابان مسجد سید، خیابان آیت الله زاهد، کوچه ۱۵، پلاک ۳۵

کد پستی: ۸۱۳۶۹۵۵۱۳۷

شماره تماس: ۰۹۳۷۰۰۱۲۹۰۰، ۰۳۱-۳۲۳۶۸۷۵۵

تمامی حقوق چاپ و نشر این اثر برای نشر مهرستان محفوظ است.

سخن‌آغازین	۸
مقدمه	۱۱
سم‌زدایی ذهنی	۱۴
ظاهرسازی یا عصب‌کشی؟	۱۶
دفتر زندگی آرام	۱۷
آنچه خواهیم آموخت	۱۷
امیدوارم که...	۱۸
فصل اول: زیرساخت‌ها	۱۹
عروس و کنکور زندگی	۲۱
با کفش او راه برو	۲۵
دوری و دوستی	۲۸
«یاد آن افسانه کردی عاقبت»	۳۴
خلاصه آنچه آموختیم	۴۵
فصل دوم: عروس مثبت‌نگر؛ راهبردهای پیشگیرانه	۴۷
بازی «ننه من غرییم»!	۴۹
بخیه‌هایت را نشکاف	۵۰
اختلال مغزی	۵۱
عروس دریایی	۵۱
کودک درون را دوباره تربیت کن	۶۶
گیاهی با گل‌های سمی	۶۹
دو تذکره روان‌شناختی	۷۱

عروس خود شیرین کن	۷۲
عروس هلندی	۷۴
مثلث خوش بینی رحمت	۸۵
من همینم که هستم	۸۷
از هر چه بترسی به سرت می آید	۹۲
تله ذهنی بدقولی	۹۲
تله ذهنی هیولا	۹۵
ذهن خوانی	۹۷
پیشگویی منفی	۹۸
پیشگویی خود تحقق بخش	۹۹
تذکره روان شناختی	۱۰۲
هدف از آفرینش مادر شوهر	۱۰۳
خلاصه آنچه آموختیم	۱۱۰
فصل سوم: عوامل تامل و آشفته گی	۱۱۱
عوامل تعارض و اختلاف	۱۱۳
توضیح چند عامل کلیدی	۱۱۵
کشاکش و درگیری با خود	۱۲۰
مشکل گشایی اسلام	۱۲۲
مشکل گشایی ذهن	۱۲۳
تمرین خودیاری و تکلیف خانگی	۱۲۴
مثلث ارتباطی رحمت	۱۲۶
مثلث بدبینی رحمت	۱۲۹
ذهن های مسموم	۱۳۲
ذهن باز یا بسته: مسئله این است	۱۳۵
فیلتر ذهنی	۱۳۸
کارخانه توجه تراشی	۱۳۸
تمرین، تأمل و تفکر	۱۳۹
خلاصه آنچه آموختیم	۱۴۱

سخن‌آغازین

با همه دشواری‌ها و ظرافت‌هایش، شیرین‌ترین کار عالم «تربیت» است و مهم‌ترین بستر تربیت، «خانواده». خانواده اگر «خانواده» باشد، تربیت شیرین می‌شود و طبیعی. همان‌طور که ما نفس می‌کشیم، در خانواده هم تربیت می‌شویم؛ بی‌آنکه به آن فکر کنیم و ندانیم چه می‌شود.

تمرکز ما بر تربیت و تعلیم است، آن هم با رویکرد اسلامی و عقلانی و با محوریت مهارت‌آموزی به خانواده‌ها. از این رو طرح «مهرستان» را پایه‌ریزی کردیم تا در پیمودن این مسیر مقدس، بتوانیم منظم و هدفمند و برنامه‌دار پیش برویم. «مهرستان» فقط مخفف «محصولات هنری رسانه‌ای» نیست؛ بلکه اسم مکانی است برای آموختن مهرورزی در خانه و گرمابخشی به کانون خانواده.

از بین همه راه‌های ممکن، با «یار مهربان» به یاری خانواده‌ها آمده‌ایم؛ با همان آشنای پرسخاوتی که صدها نسل بشر را معلم و پرورده و فروتنانه با ذهن و ضمیرشان در هم تنیده است.