



سرشناسه: طباطبایی فر، سیدمهدی، ۱۳۶۱- عنوان و نام پدیدآور: قصر حبایی؛
 [۳۰] باور اشتباه در روابط عاطفی همسران/ سیدمهدی طباطبایی فر، فرشته
 ایزدی، علی خسروی. مشخصات نشر: قم: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در
 دانشگاهها، دفتر نشر معارف. مشخصات ظاهری: ۱۷۲ ص. ۱۴/۵ × ۲۱/۵ س. ۶.
 شابک: ۸-۳۷۱-۴۴۱-۶۰۰-۹۷۸ وضعیت فهرست نویسی: فیا یادداشت: کتابنامه: ص.
 ۱۷۰-۱۷۲. عنوان دیگر: ۳۰ باور اشتباه در روابط عاطفی همسران. موضوع: زناشویی--ارتباط
 Man-woman relationships روابط زن و مرد Communication in marriage
 شناسه افزوده: ایزدی، فرشته، ۱۳۵۸- شناسه افزوده: خسروی، علی، ۱۳۵۵-
 شناسه افزوده: نهاد نمایندگی مقام معظم رهبری در دانشگاهها. دفتر نشر معارف
 رده بندی کنگره: HQ۷۲۴ رده بندی دیویی: ۳۰۶/۸۱ شماره کتابشناسی ملی: ۸۴۰۲۷۹۸

قصر حبایی

نویسندگان	سیدمهدی طباطبایی فر فرشته ایزدی اسلامعلی خسروی
ناشر	دفتر نشر معارف
صفحه آرا	محمدصادق صالحی
نوبت چاپ	اول / ۱۴۰۰
شمارگان	۲۰۰۰ نسخه
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۴۴۱-۳۷۱-۸
قیمت	۵۰۰/۰۰۰ تومان
ارتباط با نویسندگان از طریق اینستاگرام	@shatabaifar @arva_izadi @s.a.khosravi

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است

دفتر نشر معارف قم، خیابان شهدا، کوچه ۲۲، شماره ۴، تلفن و نمابر: ۰۲۵-۲۷۷۴۰۰۰۴

مدیریت پخش قم، شرکت پاتوق کتاب، تلفکس: ۰۲۵-۳۱۰۷۷

مراکز پخش

- اراک: ۰۸۶-۳۲۲۲۹۰۳۸ ■ ارومیه: ۰۹۱۰۷۷۵۵۱۶۶ ■ اصفهان: ۰۳۱-۳۳۳۷۱۶۹۲
- اهواز: ۰۶۱-۳۲۲۳۸۰۰۰ ■ ایلام: ۰۸۶-۳۳۳۶۳۸۲ ■ یچنورد: ۰۵۸-۳۲۲۳۳۷۸
- بروجرد: ۰۵۱-۵۵۴۳۰۱۴۱ ■ بندرعباس: ۰۷۶-۳۳۶۱۷۵۵۷ ■ بیرجند: ۰۵۶-۳۳۴۳۲۵۱۲
- بربت حیدریه: ۰۵۱-۵۲۲۸۶۵۰۰ ■ تهران: ۰۲۱-۸۸۱۱۱۲۱۲ ■ رشت: ۰۱۴-۳۳۳۳۵۶۹
- زاهدان: ۰۵۶-۳۳۳۳۸۷۹ ■ زنجان: ۰۲۶-۳۳۳۶۶۳۵ ■ ساری: ۰۱۱-۳۳۳۵۳۰۲۰
- سبزوار: ۰۵۱-۴۴۲۳۴۰۰۴ ■ سمنان: ۰۳۲-۳۳۳۳۳۱۱ ■ سیرجان: ۰۳۶-۴۲۲۳۸۰۵۸
- شهرکرد: ۰۳۸-۳۳۳۵۰۰۰۴ ■ شیراز: ۰۷۱-۳۳۳۳۶۱۴ ■ قزوین: ۰۲۸-۳۳۳۴۰۰۷۶
- قم: ۰۲۵-۳۷۷۴۷۵۷ ■ کازرون: ۰۷۱-۴۲۲۴۴۳۳۰ ■ کرمان: ۰۳۶-۳۳۳۳۱۶۶۶
- کرمانشاه: ۰۸۴-۳۷۳۳۸۶۱۱ ■ گرگان: ۰۱۷-۳۳۳۳۷۸۰ ■ مشهد: ۰۵۱-۳۳۳۳۰۱۱۹
- ملایر: ۰۸۱-۳۳۳۵۱۲۷۶ ■ نیریز: ۰۷۱-۵۳۸۲۱۶۹۰ ■ یاسوج: ۰۷۶-۳۳۳۳۸۶۲۲
- یزد: ۰۳۵-۳۷۳۳۲۹۵۰

www.nashremaaref.ir | E-mail: info@nashremaaref.ir



نشر معارف

فهرست

۱۳	مقدمه	
۱۷	اهمیت رابطه و نقش باورها	
۲۵	زن و شوهر؛ بهترین دوست هم	۱
۲۹	گرمای عشق واقعی؛ زمینه ساز ازدواج خوب	۲
۳۳	اقرار به احساس گناه	۳
۳۷	همه کارها در کنار هم	۴
۴۳	آغاز امیدوارانه یا ناامیدانه	۵
۴۷	تلاش همیشگی برای حفظ ازدواج	۶
۵۱	ازدواج شاد با اعتماد کامل همسران به هم	۷
۵۷	ارضای نیاز همسر؛ مشخصه همسر خوب	۸
۶۱	ازدواج خوب یعنی بی خیالی و گذشت زن و شوهر	۹
۶۵	مهم نپنداشتن رفتار همسر با خانواده اش	۱۰
۶۹	کارهای منزل با زن، وظایف بیرون با شوهر	۱۱
۷۳	تولد فرزند؛ عامل بهبود رابطه زناشویی	۱۲
۷۹	ازدواج؛ شراکت نصف - نصف	۱۳
۸۳	ازدواج؛ پل رسیدن به خواسته ها و آرزوها	۱۴
۸۷	هرچه صمیمیت بیشتر، تعارض کمتر	۱۵
۹۱	درک افکار و احساسات هم به صورت خودکار	۱۶
۹۷	ازدواج ناشاد، بهتر از طلاق	۱۷
۱۰۱	رشد و پیشرفت برای شوهر یا زن؟	۱۸

۱۰۷	ارتباط تمام وقت؛ بهترین ارتباط؟	۱۹
۱۱۱	حل اختلافات دوران نامزدی بعد از ازدواج	۲۰
۱۱۵	زنده کردن عشق از دست رفته	۲۱
۱۲۱	رابطه رقابت بین زن و شوهر با شور و شوق در زندگی	۲۲
۱۲۵	تلاش همسران برای ساختن انسانی بهتر	۲۳
۱۲۹	جذب افراد متفاوت و حتی متضاد به هم	۲۴
۱۳۵	از خودگذشتگی و تعهد؛ حلال تمام مشکلات	۲۵
۱۴۱	رفع مشکل تنهایی و دلتنگی با ازدواج	۲۶
۱۴۷	رابطه اخلاق با مهارت های ارتباطی در زندگی زناشویی	۲۷
۱۵۱	تمایل به تغییر رفتار، بعد از ازدواج	۲۸
۱۵۵	کم نشدن عشق های رؤیایی و واقعی بعد از ازدواج	۲۹
۱۶۱	پختگی و بلوغ اجتماعی یعنی تاثیر نگرفتن از همسر	۳۰
۱۶۵	سخن آخر	
۱۶۸	پرسشنامه	
۱۷۰	منابع	



چرا باید این کتاب را بخوانیم؟



در این سال‌ها، برگزاری جلسات متعدد مشاوره با همسران، ما را مشتاق کرد برای سرعت بخشیدن به فرایند مشاوره، برخی از محتواهای کمک‌آموزشی را تدوین کنیم.

یکی از مشکلاتی که متوجه آن شدیم، داشتن باورها و توقعات غیرمنطقی همسران از یکدیگر بود که منجر به تنش و نارضایتی از زندگی مشترک می‌شد. از این‌رو، مجموعه‌ای از این باورها را در این کتاب تدوین کردیم تا بتوانیم به افراد کمک کنیم به جای دل بستن به قصری حبابی، در پی ساختن رابطه‌ای واقعی باشند.

تقریباً تمام افرادی که در سمینارهای ما حضور داشتند، نتوانستند پاسخ درست و کاملی به خودآزمایی باورهای منطقی در ازدواج بدهند. این نتیجه طبیعی بود؛ چون وقتی محتوای این کتاب را در کارگاه‌ها و سمینارهای

مختلف ارائه می‌دادیم، متوجه شدیم بسیاری از افراد جامعه، حتی تحصیل کرده‌ها، درگیر باورهای ناکارآمدی دربارهٔ روابط عاطفی می‌باشند. با اینکه در بعضی از کتاب‌ها در مورد باورهای درست و غلط صحبت شده، با خود گفتیم سی باور چالش برانگیزی را که معمولاً افراد با آن سر و کار دارند، انتخاب کرده، با شما در میان بگذاریم.

اگر زیاد حوصله کتاب خواندن ندارید، نگران نباشید! این کتاب برای شماست. به هر باور، حدود دو تا چهار صفحه مختصر و مفید پرداخته شده و شما، فقط با صرف ده دقیقه می‌توانید یک فصل از کتاب را مطالعه کنید. این کتاب برای هر کسی که بخواهد رابطه عاطفی سالم و موفق را تجربه کند، مفید است؛ چون کمک می‌کند رابطه خود را بر اساس واقعیت‌ها مدیریت کند، نه بر اساس برداشت‌های اشتباه از برخی آموزه‌های نادرست که در جامعه رواج دارد.

در این کتاب باورهای خود را بررسی می‌کنید. شاید فکر کنید زن و شوهر باید بهترین دوست هم باشند یا ازدواج، شراکتی برابر است، یا اینکه خیلی از مشکلات، با رفتن زیر یک سقف حل خواهد شد. ممکن است برای ازدواج نیاز به اعتماد کامل دوطرفه داشته باشید، یا فکر کنید فقط عشق واقعی باعث ازدواج موفق می‌شود، دلتان بخواهد ازدواج کنید تا دیگر تنها نباشید. این‌ها، باورهایی است که در این کتاب به بررسی آن می‌پردازیم.

اگر هنوز شک دارید که این کتاب مفید است یا خیر، بهتر است بدانید محتوای این کتاب محصول آخرین یافته‌های پژوهشی و از همه بالاتر تجربه ما در اتاق‌های مشاوره و شنیدن سخنان مراجعان و با در نظر داشتن ملاحظات فرهنگی جامعهٔ خودمان نگاشته شده است.