

دانستنی‌های دوران زندگی

www.ketab.ir

دکتر احمد قلی‌زاده

قلی‌زاده، احمد، ۱۳۵۱ -

دانشتنی‌های دوران زندگی / تألیف احمد قلی‌زاده. - قم: تحسین، ۱۳۹۱.

۱۶۰ ص.

ISBN 978 - 600 - 5581 - 49 - 2 - ۳۵۰۰ تومان

فهرست‌نویسی براساس اطلاعات فیبا.

کتاب‌نامه به صورت زیرنویس.

۱. زناشویی - راهنمایی و مشاوره. ۲. همسرگزینی. ۳. روابط زن و مرد.

الف. عنوان.

۳۰۶/۸۱

HO ۱۰ / ۸۵۸

۱۳۹۱



دانشتنی‌های دوران زندگی

نویسنده: دکتر احمد قلی‌زاده

ویراستار: مهدی مخدومی

صفحه‌آرا: احمد مؤتمنی

طراح جلد: محمود هدایی

ناشر: تحسین

لیتوگرافی: پژواک

چاپ: عمران

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۱

شمارگان: ۱۰۰۰

بها: ۳۵۰۰ تومان

همراه ناشر: ۰۹۱۲۱۵۳۷۹۳۸

حق چاپ محفوظ است

فهرست مطالب

۱۱.....	مقدمه
۱۳.....	همسران را به نامی که دوست دارد خطاب کنید
۱۵.....	در سلام کردن به یکی یکی بپوشی بپذیرید
۱۷.....	با محبت با یکدیگر سخن بگویید
۱۸.....	از بیان کلمات خشن و کنایه دار اجتناب کنید
۲۰.....	در مقابل کلمات زشت و خشن سعه صدر داشته باشید
۲۱.....	صدای رفتارمان بلندتر از گفتارمان است مراقب باشیم
۲۲.....	استقبال و بدرقه محبت را افزایش می دهد
۲۴.....	خدا حافظی را فراموش نکنید
۲۵.....	در حفظ و نگهداری اموال خانه کوشا باشید
۲۷.....	در مورد نوع غذا با هم توافق داشته باشید
۲۹.....	کلمات زیبا را فراموش نکنید
۳۰.....	در کارهای خانه با هم توافق داشته باشید
۳۱.....	وقار خارج از منزل برای زن ها امر بسیار مهمی است
۳۳.....	زن در خلوت با شوهرش طنزازی و عشوه را فراموش نکند
۳۵.....	به نظافت و تمیزی اهمیت دهید

- ۳۷..... خودتان را خوشبو نگه دارید
- ۳۸..... خانم‌ها به زینت و زیور خود توجه کنند
- ۴۰..... شوهران به همسران‌شان احترام بگذارند
- ۴۲..... غیرت و تعصب بی‌جا نداشته باشید
- ۴۳..... در مورد مسایل مشترک با همسران مشورت کنید
- ۴۴..... از گزینه جنسی خود خوب استفاده کنید
- ۴۶..... از گزینه جنسی خود برای تولید مثل استفاده کنید
- ۴۷..... شوهران همسران را دوست داشته باشند
- ۴۹..... مشکلات یکدیگر را درک کنید
- ۵۱..... به یکدیگر هدیه بدهید
- ۵۲..... از یکدیگر تشکر کنید
- ۵۴..... سخنان همسران را با دقت گوش کنید
- ۵۶..... عیب‌پوش یکدیگر باشید
- ۵۷..... نسبت به یکدیگر صداقت داشته باشید
- ۵۸..... شوهران عزیز، در خانه ترش‌رویی نکنید
- ۵۹..... در دوران بارداری احترام و مواظبت از همسران را زیاده‌تر کنید
- ۶۱..... فرزندان را خود را به خاطر وضع مالی به عقب نیندازید
- ۶۳..... در مورد تعداد فرزندان با هم توافق داشته باشید
- ۶۴..... نسبت به یکدیگر بدگمان نباشید
- ۶۶..... رفت و آمدها به خانه حساب شده باشد
- ۶۷..... بدزبانی نکنید
- ۶۸..... اختلاف سلیقه امری طبیعی است
- ۷۰..... زندگی مشترک نیازمند گذشت و اغماض است

۷۲.....	مانع تحصیل همسران نشوید.....
۷۳.....	ارتباط فامیلی را قطع نکنید.....
۷۵.....	شوهران در مورد تعهدات مالی نسبت به همسران غفلت نورزند.....
۷۷.....	خسیس بودن موجب مشکل در زندگی می شود.....
۷۹.....	به مسائل جنسی خودتان اهمیت دهید.....
۸۱.....	زندگی مشترک با خودخواهی و غرور سازگاری ندارد.....
۸۳.....	قوانین زندگی را بیاموزید.....
۸۴.....	سطح فرهنگ در زندگی بسیار مهم است.....
۸۵.....	به گونه ای رفتار کنید که دخالت دیگران در زندگی تان به حداقل برسد.....
۸۷.....	برای حل اختلافات با همسر مراجعه کنید که صلاحیت داشته باشد.....
۸۹.....	اگر عصبانی شدید، سعی کنید سریع تهاشم کنید.....
۹۱.....	شاد باشید، زیرا همسران از شاد شدن شما شاد می شود.....
۹۳.....	برای تازگی و طراوت زندگی تان جذاب بودن را فراموش نکنید.....
۹۴.....	در زندگی مشترک از خط قرمزهای یکدیگر عبور نکنید.....
۹۵.....	مسائل جنسی مهم است، اما همه چیز نیست.....
۹۶.....	در زندگی تان هرگز نسبت به همسران بی تفاوت نباشید.....
۹۷.....	به یکدیگر اعتماد داشته باشید.....
۹۸.....	در کارهای زندگی جدی باشید.....
۱۰۰.....	اختلاف سن یکدیگر را به رخ همدیگر نکشید.....
۱۰۱.....	گذشته خود یا همسران را به زندگی وارد نکنید.....
۱۰۲.....	مشترک بودن هدف و خواسته شما و همسران در زندگی ...
۱۰۳.....	هرگز همسران را مجبور نکنید که دوستان داشته باشد.....
۱۰۴.....	همیشه نسبت به همسران خوب باشید.....

- ۱۰۶..... رفتارهایتان حقیقی باشد، نه مصنوعی
- ۱۰۸..... خود را مبرا از خطا ندانید
- ۱۰۹..... به یکدیگر اهمیت بدهید
- ۱۱۰..... هرگز با شریک زندگی‌تان چنین کارهایی نکنید
- ۱۱۲..... در عذرخواهی پیش‌قدم باشید
- ۱۱۴..... حتماً احساس خوب و زیبای خود را به همسران ابراز کنید
- ۱۱۶..... برای یکدیگر بزرگتری نکنید
- ۱۱۷..... اگر از رفتار همسران ناراضی هستید، با ظرافت به او بگویید
- ۱۱۸..... از هر بهانه‌ای برای شاد کردن همسران اقدام کنید
- ۱۱۹..... هرگز خواسته خود را به همسران تحمیل نکنید
- ۱۲۰..... نسبت به دوستان همسران صمیمی باشید
- ۱۲۲..... به همسران بیش از فرزندان‌تان توجه کنید
- ۱۲۳..... از کنترل همسران بپرهیزید
- ۱۲۴..... با شریک زندگی‌تان دوست باشید
- ۱۲۵..... خلوت همسران را به هم نریزید، همه نیاز به تنهایی دارند
- ۱۲۶..... به مسائل مالی یکدیگر توجه داشته باشید
- ۱۲۷..... وقتی درد دلی از سوی همسران بیان می‌شود، گوش کنید و...
- ۱۲۹..... از صحبت کردن با یکدیگر دریغ نورزید
- ۱۳۰..... زن و مرد هرگز در صدد انتقام‌جویی نباشند
- ۱۳۱..... بدون فکر دست به کاری نزنید
- ۱۳۳..... دست از کار و تلاش نکشید
- ۱۳۴..... از تجربیات خوب دیگران برای ارتقا زندگی‌تان استفاده کنید
- ۱۳۵..... به آداب و رسوم و فرهنگ یکدیگر احترام بگذارید

در زندگی خود خوش‌بین باشید	۱۳۶
از بیان مباحث دردسرساز پرهیز کنید	۱۳۷
تا می‌توانید مشکلات را خودتان حل کنید	۱۳۸
در زندگی خانوادگی هرگز گرفتار دام مقایسه نشوید	۱۴۰
خانم‌ها در مورد شوهر خود مادری نکنند	۱۴۲
به خود و همسران ارزش ببخشید	۱۴۳
همدیگر را به‌خاطر وجود یکدیگر دوست داشته باشید نه به‌خاطر ظواهر	۱۴۴
توانایی‌های خود را نزد همسران بروز دهید	۱۴۵
همسران را ای‌کفایت جلوه ندهید	۱۴۶
به این نکته خوب توجه کنید	۱۴۷
زن دوست دارد مطالبش را کامل بیان کند	۱۴۸
مردها کمتر حرف می‌زنند و فقط نتیجه را بیان می‌کنند	۱۴۹
برای خانم‌ها، اولویت با عشق است	۱۵۱
نیاز به احساس امنیت بسیار مهم است	۱۵۲
زن‌ها به مسائل زیر بسیار توجه می‌کنند و علاقه‌مند به آن هستند	۱۵۳
زن‌ها به نکات زیر حساس‌اند	۱۵۴
خانم‌ها برای آقایان خرج‌تراشی نکنند	۱۵۵
هرگز به همسران منت نگذارید	۱۵۷
زودرنج نباشید	۱۵۸
حرف آخر	۱۵۹

مقدمه

به نام خدا

هر مرحله‌ای از زندگی نیازمند دانستن است، درواقع دانش و رسیدن به آگاهی کمک زیادی می‌کند انسان برای گام برداشتن و حرکت کردن، در جایی روشن و شفاف گام بگذارد. بی‌شک هرچه زوایای پنهان مسأله‌ای که انسان با آن مواجهه دارد کمر باشد و او بداند که چگونه باید قدم بردارد راه را آسان‌تر طی خواهد نمود.

یکی از این مراحل پراهمیت دوره زندگی مشترک است که زوجین هرچه بیشتر راه کارهای زندگی خوب و سالم را بدانند، از با هم بودن لذت بیشتری می‌برند و با یکدیگر جاده خوشبختی را طی می‌کنند و در مقابل مشکلات مقاوم‌تر می‌شوند و آن را با یکدیگر حل می‌کنند.

مشاوره‌های متعدد با خانواده‌هایی که مدت کم یا زیاد از ازدواجشان می‌گذشت متوجه شدم که آگاهی آنها نسبت به این مرحله حساس از زندگی نسبتاً کم است و همین موجب بروز مشاجرات و تلخکامی‌های بسیار زیاد در زندگی آنها گشته است.

گرچه منابع متعددی در این زمینه وجود دارد نظیر بهشت خانواده که

نویسنده زحمت فراوانی کتیده و من هم بهره بسیاری از آن بردم، اما بر آن شدم تا با نگارش روان، نکات مهم زندگی مشترک را به صورت مختصر و واضح، در اختیار خانواده‌ها قرار دهم. از این رو ضمن مطالعه فراوان و کسب تجربیات زیاد که از مشاوره‌ها بدست آوردم دست به قلم شدم و حاصل آن پیش روی شما قرار گرفته.

به شک نظرات و پیشنهادات شما موجب خواهد شد که در چاپهای بعد کار را کاملتر عرضه نمایم. از این رو ضمن درخواست دعای خیر از همه خوانندگان، بذایای نظرات و پیشنهادات شما عزیزان نیز هستم.

www.ketab.ir