

چگونه ازدواج خوبم
را خراب کنم

پَت لاو / سانی شولکین
مترجمان: الهام آرام‌نیا / شمس‌الدین حسینی

نشر پیکان

تهران ، ۱۳۹۲

سرشناسه: لائو، پاتریشیا، ۱۹۴۳ - م. Patricia, Love

عنوان و نام پدیدآور: چگونه ازدواج خویم را خراب کنم / پت لائو، سانی

شولکین؛ مترجمان الهام آرام‌نیا، شمس‌الدین حسینی.

مشخصات نشر: تهران: پیکان، ۱۳۹۲.

مشخصات ظاهری: ۶۵ ص: مصور؛ ۱۷ × ۱۱ س. م.

شابک: 978-964-328-814-3

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: How to ruin a perfectly good عنوان اصلی:

relationship: speaking from experience, 2003.

موضوع: زناشویی - روان‌درمانی

موضوع: زناشویی - راهنمایی و مشاوره

شناسه افزوده: شولکین، سانی Shulkin, Sunny

شناسه افزوده: آرام‌نیا، الهام، مترجم

شناسه افزوده: حسینی، سید شمس‌الدین، مترجم

رده‌بندی کنگره: ۱۳۹۲ ج ۸ / ۵ / RC۴۸۸

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۵۶

شماره کتابشناسی ملی: ۳۱۵۷۴۲۲



چگونه ازدواج خوبم را خراب کنم

HOW TO RUIN A PERFECTLY GOOD RELATIONSHIP

Zeig, Tucker & Theisen, Inc, U.S.A., 2003

Pat Love & Sunny Shulkin

پَت لَو / سانی شولکین

مترجمان: الهام آرام‌نیا / سید شمس‌الدین حسینی

Ardeshir.Tabrizi@yahoo.com

ویراستار: اردشیر تبریزی

آماده‌سازی و اجرا: دایره تولید نشر پیکان، فهیمه محبی زنگنه

ناظر فنی چاپ: هومن علمی کتابفروش

حروفچین و صفحه‌آرا: مریم بوسفی

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۲

چاپ و صحافی: چاپخانه نشر پیکان

بها: ۲۵۰۰ تومان

تیراژ: ۲۰۰۰

حق چاپ و نشر این اثر برای نشر پیکان محفوظ است.

دفتر نشر و پخش: شریعتی، شهید دستگردی (ظفر)، نفت شمالی، خیابان دهم، کوچه سینا،

پلاک ۶، تلفن و دورنگار: ۲۶۴۱۱۱۹۷ - ۲۶۴۱۱۰۰۹ www.paykanpress.ir

مقدمه

سلامی از سانی و پیت
ای اینکه بیاموزیم چطور رابطه و زندگی زناشویی مان را کارآمد کنیم،
ندا باید ببینیم چه نوع رفتارهایی مخرب و نادرست هستند. ما
جربه‌های زیادی در ارتباط با هم کسب کردیم و مرتکب اشتباهات
بادی شدیم و اکنون نیز همان اشتباهات را مدام تکرار می‌کنیم. از این
رو می‌دانیم درباره‌ چه مسائلی صحبت می‌کنیم و مطمئن هستیم شما نیز
کمی تأمل می‌توانید رفتارتان را به طرز معقولی مورد بررسی و

قضاوت قرار دهید.

البته امیدواریم کمی هم موجب خنده شما شویم... و مهم تر اینکه امیدواریم این خنده شما را به تلاش برای تغییر برخی عادات مخربتان وادار کند. پژوهش ها نشان می دهند که رفتارهای نادرست پیشین صرف نظر از اینکه چقدر مهم به نظر می رسند. در طول زمان موجب تخریب عشق میان دو نفر می شوند. مهم ترین دلیل جدایی زوجها این است که آنها در «دو جهت متفاوت از یکدیگر رشد و حرکت می کنند» ما این عادات مخرب را که موجب ایجاد فاصله میان زوجها می شوند، شما معرفی خواهیم کرد.

اگر همین حالا این عادات مخرب را شناسایی و کنار بگذارید، مسیر تحکیم رابطه خود گام مؤثری برداشته اید.