Ketabton.com
Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون
CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

بسم الله الرحمن الرحیم

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

د خپرندوی یادښت

له الله ﷻ څخه ډېر زیات مننداوی یم چې د نویسا خپرنځي ته یې د دې توفیق ورکړ چې د شرف الدین عظیمي لیکلی اثر (زندګی) پښتو ژباړه (ژوند) چاپ کړي.

نویسا خپرنځی د تاسیس له پیله تر اوسه د علم او فرهنګ مینه والو ته په بېلابېلو برخو کې ګڼ شمېر کتابونه وړاندې کړي او اوس له سمونې او اوډون سره دا کتاب خپراوي ته سپاري. د نویسا خپرنځي موخه دا ده چې د الله تعالی په مرسته او د بېلابېلو زړه سواندو پوهانو په همت او همکارۍ سره اړین مطالعات او څېړنې وکړي او په ټولو انساني څانګو کې له اصلي درسي، فرعي او هر اړخیزو سرچینو څخه په ګټنې لیکوالي او ژباړې وکړي.

نویسا خپرنځی په نظر کې نیسي چې:

١. اثر، باید ګټور او اغېزناک وي؛
٢. اثر، په فرهنګي او علمي برخو کې ارزښت ولري؛
٣. اثر، باید اکاډمیک او علمي لیکل شوی وي؛
٤. اثر، په یو ډول د خلکو لپاره سالمه تفریح وي.

له درنو استادانو او د نظر له خاوندانو غوښتنه کېږي چې د خپلې همکارۍ، لارښوونې او اصلاحي وړاندیزونو له لارې، د دې کتاب د اصلاح او د نورو اړینو اثارو په لیکنه کې له دې خپرندویه موسسې سره همکاري وکړي او هیله مند یو چې د چاپ او خپراوي په برخه کې به د دوامدار او وړ خدمت توفیق ولرو.

نویسا خپرندویه موسسه د هېواد د فرهنګیانو په چوپړ کې ده.

په درنښت

محمد ظریف بشارت

د نویسا خپرندوی ټولنې مشر

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

ژوند

شرف‌الدین عظیمي

دويم چاپ

انتشارات نویسا

کابل؛ ژمی ۱۳۹۹ لمریز کال

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

عظیمي، شرف الدين (۱۳۹۹).

ژوند. کابل: نويسا خپرنځی.

۵۱۷ ص.

۰۷۰۷۷۰۶۰۶۱

انتشارات نویسا

Facebook: Nawisa publication

m.zarif_Besharat@yahoo.com

پته: رحمان بابا لیسې ته مخامخ، د دهبوري څلورلارې او کوټه سنګي چوک ترمنځ؛ کابل.

ژوند

لیکوال: شرف الدين عظیمي

سمونه او بیا کتنه: عبدالجلیل امرخېل او محمد جواد تیموري

خپرندوی: نویسا خپرنځی

ډيزاين: انجنير محمد افضل ذاکر

د پښتي ډيزاين: ګراف استدیو

دويم چاپ: ژمی ۱۳۹۹ لمريزکال

شمېر: ۱۰۰۰ ټوکه

بيه: (۳۰۰) افغانی

نويسا خپرندوی د مؤلف د رسمي قرار داد له مخې دا کتاب په چاپ، خپراوی او پلور رسوي. د چاپ او ژباړې ټول حقوق يې له نويسا خپرندويه مؤسسې سره خوندي دي.

هر حقيقي يا حقوقي شخص چې د دې کتاب يوه برخه يا ټول کتاب د خپرندوی له اجازې پرته نشر، خپور، کاپي، نقل او يا تجديد کړي، تر قانوني تعقيب لاندې نيول کيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ژوند

په افغانستان کې اروا پوهنې ته نوې کتنه

اروا پوهنه هغه ځوان او نوی علم دی چې له پرلپسې هڅو وروسته کرار کرار د خلکو شوق لـه دې علـم سره ډېرېـږي او ورځ پـه ورځ د انسـانانو پـه ژوند باندې خپل سیوری غوړوي، ارزښت یې ډېرېږي او د خلکو پـام ځان ته را اړوي دا چې اروا پوهنه بېلابېلې څانګې لـري همداسـې د هـر هېـواد او کلتور اروا پوهنه هم توپیر کوي یاني د اسـلام آبـاد اروا پوهـان لـه تهـران او د استانبول له هنـد سره همدارنګـه د آسیا لـه اروپـا او د اروپـا لـه امریکـا سره ځمکـه او آسـمان تـوپیر کـوي پـه څـانګړي ډول هغـه مهـال چـې د یـادو اروا پوهانو چارې د کورنۍ اروا پوهنې او ټولنیزو مسایلو په برخه کې وي.

د یوه علم په توګه اروا پوهنه خپل ځانګړي اصول، قوانین او تګلارې لري چې د ټولې نړۍ اروا پوهان باید ورڅخه پیروي وکړي خو هغـه څـه چـې پـه ټولو اصولو کې ډېر د پاملرنې وړ دی په یوه ټولنه کې شته کلتـور، ارزښـتونه، ناخوالې، دفاعي میکانیزمونه او غبرګونونه دي.

"ژوند" کتاب د پینځو بېلو خو یو بل سره اړوندو موضوعګانو لړونکی دی چې په پینځو څپرکو کې ځای پرځای شوی دی کوم څه چې پـه دې کتـاب کې یې لولئ په اروا پوهنه کې زموږ د یوې لسیزې څېړنو، تجروبـو، مطـالعو، کار او فعالیت څخه استازیتوب کوي.

د "ژوند"کتاب لومړی برخه "کوژدې او وادهٔ" تـه ځـانګړې شـوې پـه دې څپرکي کې په داسې موضوعاګانو بحث شوی چې زموږ هېـواد کـې ډېـر لـږ تمرکز پرې کېږي او زرګونه ودونه له پېژندنې، خبر او د واده معیـارونو تـه لـه پاملرنې پرته کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

د کتاب په دويمه برخه کې د "ګډ ژوند" په اړوند خبرې شوي څکه ډېرې جوړې ددې مسلې لۀ اصلي مانا سره بلدې نه دي او همدا ناپوهي د جوړو تر مینځ د بېلابېلو ستونزو لامل شوی دی.

د کتاب درېیم څپرکی د "جنسي اړیکو" په اړوند دي، هغه بحث چې زموږ په ټولنه کې حرام دی او د شرم په سترګه ورته کتل کېږي خو په دې کتاب کې یې پر جزیاتو خبرې شوي دي.

"کورني" هغه موضوع ده چې ددې کتاب په څلورم څپرکي کې ځای پرځای شوې ده. کورنی، د انسان روزنې او انساني ژوند لومړنی زانګو ده او دا چې څنګه کولی شو یوه روغه کورنی ولرو، هغه مسله ده چې په ننني نړۍ کې په یوه کړکېچ اوښتې ده چې په دې څپرکي کې یې په اړوند تینګ او بنسټیز بحث شوی دی.

د کتاب پینځم څپرکی ماشومانو پورې اړوندو مسایلو ته ځانګړی شوی دی. زموږ هېواد کې د ماشوم د ودې ستونزو او ددغه پړاو د څرنګوالي په اړوند پوهې او مالوماتو ته ډېره اړتیا لیدل کېږي په دې کتاب د یادو موضوعګانو په اړوند ډېر څه لوستلی شئ.

په اخیر کې له خپلو ملګرو هر یو عبدالجلیل امرخېل، حمیده کریمي او فریدون عظیمي څخه د زړه له کومې مننه کوم، چې د کتاب په چمتو کولو کې یې هېڅ ډول مرسته ونه سپموله او زه ورته د ژوند په ټولو چارو کې بریاوې غواړم.

په درناوي

شرف الدين عظيمي

(c) ketabton.com: The Digital Library

لړلیک

لومړۍ برخه

۱۰۰ ولې او ځکه کوژده او واده..۱

دویمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه ګډ ژوند..۱۰۳

درېیمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه جنسي ژوند..۲۰۵

څلورمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه کورنی ژوند..۳۰۷

پینځمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه مورولي او پلارولي..۴۰۹

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

لومړۍ برخه

۱۰۰ ولي او ځکه کوژده او واده

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې او د څه لپاره واده وکړو؟

۱. ځکه چې واده زموږ د جسمي او اروايي روغتيا لامل ګرځي.
۲. ځکه چې ډېر ځله لوړو علمي سطحو ته د رسېدو لامل ګرځي.
۳. ځکه چې له ناروا، ډېرو، ناوړه او پټو اړيکو نه لرې کېږو.
٤. ځکه چې ډېر ځله په ټولنه کې ناوړه او بدې پېښې راکموي.
۵. ځکه چې په موږ کې د مسووليت منلو او نرمښت سبب ګرځي.
٦. ځکه چې ژوند ته د هيله منډۍ او اروايي روغتيا لامل ګرځي.
۷. ځکه چې له ډېرو اروايي او جنسي ګډوډيو مخنيوی کوي.
۸. ځکه چې د هورمونونو ترشح او فعاليت سم، نورمال او رغوي.
۹. ځکه چې زموږ د ذهني، عاطفي او معنوي روغتيا لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې واده زموږ د رېښتينې خوښۍ او رضايت لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د ژوند حياتي او ډېره سخته ارزښتناکه اړتيا ده.
۱۲. ځکه چې ډېری کسان پس له واده د لاسته راوړنې احساس کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه وړاندې له ارواپوه سره مشوره وکړو؟

۱. ځکه چې اوسنۍ نړۍ پېچلې او د خلکو اړیکې ډېرې بدلې شوي.

۲. ځکه چې کورنۍ ستونزې ډېرې او بېلابېلې اړتیاوې یې راټوکولې.

۳. ځکه چې د اوسنۍ نړۍ وګړي د یو بل پېژندنې لپاره لږ وخت لري.

٤. ځکه چې ارواپوه مسلکي او منطقي پرېکړه کوي او تاسې عاطفي.

۵. ځکه چې مشوره ښیي چې شخصیتونه مو سره جوړ دي کنه.

٦. ځکه چې ارواپوه د یو بل پېژندنې په اصلاح کې مرسته کوي.

۷. ځکه چې د تجربو له مخې طلاق د کچې راکمولو کې مرسته کوي.

۸. ځکه چې ستاسو د ستونزو او اړیکو په رغولو کې مرسته کوي.

۹. ځکه چې ارواپوه مو له راتلونکو ګواښونو څخه په سم ډول خبروي.

۱۰. ځکه چې ارواپوه د بېلابېلو شخصیتونو تېسټ در څخه اخلي.

۱۱. ځکه چې ارواپوه مو په اړوند علمي، تجربي او مسلکي چلند کوي.

۱۲. ځکه چې افغان کورنۍ لوستې نه دي او باید مرسته وغواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني هلکان او نجونې له واده نه وېره لري؟

۱. ځکه چې د ځينو کسانو نابريالي ودونه يې ليدلي له همدې امله وېرېږي.

۲. ځکه چې ډېرى خلك خپلې وېرې د اروايوهې له سلاكار سره نه شريکوي.

۳. ځکه چې په حل لارو د سوچ کولو لپاره پر خپل ځان او وړتياوو باور نه لري.

٤. ځکه چې په خپله يې نشي ټاکلی او د مور او پلار له پرېکړې نه وېره لري.

۵. ځکه چې فکر کوي ښايي د ژوند له راتلونکي ملګري سره به همغږي نه وي.

٦. ځکه چې ډېر ځله زموږ ودونه په پټو سترګو، په زور او پرته له پېژندنې وي

۷. ځکه چې د ګډ او جنسي ژوند په اړوند ډېره لږه زده کړه او پوهاوی لري.

۸. ځکه چې ځيني په دې هيله وي تر څو خپل خيالي او د خوبونو کس ومومي.

۹. ځکه چې ځيني کسان پوره پالي (کمال ګرا) او ځيني يې بيا وسواسيان وي.

۱۰. ځکه چې ځيني کسان د واده کولو لپاره، کوم پلان، هوډ او ځانګړنه نه لري.

۱۱. ځکه چې ځيني کسان په دې نه پوهيږي، چې دا د تلپاتې مجردی لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې ډېری خلك اقتصادي ستونزې لري او د واده لپاره چمتو نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې عاطفي اړيکې ونه لرو؟

۱. ځکه چې ډېر ځله د سختې وابستګۍ (په اړيکو کې تړاو) سبب ګرځي.

۲. ځکه چې د اضطراب، اندېښنې او خواشينۍ د مېنځ ته راتګ لامل ګرځي.

۳. ځکه چې ښايي د ګناه، وجداني عذاب او غچ اخيستنې احساس وکړو.

٤. ځکه چې تل به په دې هڅه کې يو تر څو خپله پخوانۍ اړيکه پټه وساتو.

۵. ځکه چې ډېر صميمي کېږو او ښايي يو بل ته انځورونه او فلمونه ولېږو.

٦. ځکه چې کله ناکله د مقابل لوري د له لاسه ورکولو له وېرې نارامه کېږو.

۷. ځکه چې ښايي واده ونه کړو او په ګاونډ کې زموږ د بدنامۍ لامل شي.

۸. ځکه چې په عاطفي اړيکو کې سمه او پر ځای پېژندنه نه ترسره کېږي.

۹. ځکه چې نن سبا ډېری اړيکې يوازې فزيکي بڼه لري نه ريښتينې او سمه.

۱۰. ځکه چې ډېرځله له واده وړاندې اړيکې زموږ غوښتنې او هيلې ډېروي.

۱۱. ځکه چې په راتلونکي ګډ ژوند کې د جوړو تر مېنځ د بدبينۍ لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې که مو اړيکې روغې نه وي ښايي د کينې او دښمنۍ لامل شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې وروسته له واده پښېمانه کېږو؟

۱. ځکه چې له واده وړاندې د خپل ګډ ژوند د ملګري په اړه نه څېړو.
۲. ځکه چې په ګډ ژوند کې مهم او د اړتیا وړ مهارتونه نه زده کوو.
۳. ځکه چې د اولادونو د شمېر او روزنې په اړه سر همغږي نه یو.
٤. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري د کورنۍ په اړوند څېړنه نه کوو.
٥. ځکه چې نه پوهېږو څنګه د ګډ ژوند د ملګري ستونزې حل کړو.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري د باورونو په هکله څېړنه نه کوو.
۷. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري د غوښتنو او هیلو په اړه څېړنه نه کوو.
۸. ځکه چې د خپل خاوند یا مېرمنې د موخو په هکله څېړنه نه کوو.
۹. ځکه چې له کوره بهر چارو په اړه له یوبل سره همغږي نه لرو.
۱۰. ځکه چې له واده وروسته په ګڼه ګونه کې اوسېدل راته ګران دي.
۱۱. ځکه چې د یو بل د مخینې په اړوند له واده نه وروسته څېړنه کوو.
۱۲. ځکه چې واده کول مو د وابستګۍ پر بنسټ وه، نه د مینې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغانستان کې واده کول ستونزمن شوي؟

۱. ځکه چې په افغانستان کې ډېر او بې ځایه لګښتونه کېږي.

۲. ځکه چې زموږ دودونه، رواجونه او باورونه ستونزمن دي.

۳. ځکه چې د کورنیو غوښتنې ورځ تر بلې ډېرې او لوړېږي.

٤. ځکه چې ډېری نارینه د ټولنې پر ښځو بې باوره شوي دي.

۵. ځکه چې ډېری ودونه په پخوانی بڼه او کم عمر کې کېږي.

٦. ځکه چې ډېری نارینه له هېواد څخه د تېښتې په لټه کې دي.

۷. ځکه چې افغان کورنی خپلو خوښیو ته لومړیتوب ورکوي.

۸. ځکه چې ځیني افغان نجونې اوهلکان په زده کړو بوخت دي.

۹. ځکه چې ډېری افغان ځوانان د واده په هکله مطالعه نه لري.

۱۰. ځکه چې ډېر ځله کوژدې سختېږي او تر واده نه رسیږي.

۱۱. ځکه چې په ودونو کې ډېری پرېکړې په احساساتي ډول کېږي.

۱۲. ځکه چې افغانان د واده د مشورې مرکز نه لري او نه ورځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په واده کې له ډېرو او بې ځایه لګښتونو مخنیوی وکړو؟

۱. ځکه چې د ډېرى ځوانانو د مجرد پاتې کېدو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې ټولنه او کورنۍ هم د همدې رواج پلوي کوي.
۳. ځکه چې ډېر ځله کورنۍ د داسې لګښتونو وړتیا نه لري.
٤. ځکه چې په ناخبره توګه د بېلابېلو ستونزو لامل ګرځي.
٥. ځکه چې ډېرى ځوانان له هېواده تېښتې ته اړباسي.
٦. ځکه چې په ځوانانو کې د جنسي بې لاریو لامل ګرځي.
٧. ځکه چې په نامستقیمه توګه یو ډول بډه اخیستنه او فساد دی.
٨. ځکه چې یو ډېر شمېر ښځې ددې دود او رواج مخالفې دي.
٩. ځکه چې د زوم او خسرخېلو په اړیکو کې ستونزې پیدا کوي.
١٠. ځکه چې په نشه یي توکو باندې د روږدي کېدو لامل ګرځي.
١١. ځکه چې لګېدونکې پیسې د راتلونکې ژوند ښه سرمایه ده.
١٢. ځکه چې ډېر او بې ځایه لګښت هېڅ مثبته پایله نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري د کورنۍ په اړه څېړنه وکړو؟

۱. ځکه چې په افغانستان کې ارزښتناک او اغېزمن رول لري.

۲. ځکه چې د بریالیو اړیکو په جوړښت کې مرسته کولی شي.

۳. ځکه چې وروسته د پېژندنې پر بنسټ جوړجاړی کولی شو.

٤. ځکه چې د خپل ګډ ژوند د ملګري پر کورنیو ارزښتونو پوهېږو.

۵. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري کورنۍ پېژندنه د واده معیار دی.

٦. ځکه چې د سمې پېژندنې له امله به بیا په سمه پرېکړه وکړو.

۷. ځکه چې پر موږ او زموږ پر ګډ ژوند باندې پوره اغېزه لري.

۸. ځکه چې افغانان دودیز او پېچلی ژوند لري، نو پېژندنه مهمه ده.

۹. ځکه چې کورنۍ د یو بل اړیکو کې ښکېلتیا د ځان حق ګڼي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ پېژندنه زموږ پخوانۍ روزنیزه تګلاره وه.

۱۱. ځکه چې افغانان د کورنۍ له اړخه یو بل سره ډېر تړلي دي.

۱۲. ځکه چې ستاسو د ګډ ژوند د ملګرې کورنۍ هم همدا غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ميندې د خپلو ځوانو لوڼو خبرو ته غوږ ونيسي؟

۱. ځکه چې نجونې تر هر چا ډېرې د مور درک او ملګرتيا ته اړوې .
۲. ځکه چې نجونې تل بايد يوه عاطفي تکيه ولري او دا تکيه مور ده .
۳. ځکه چې نجونې بايد په ژوند کې يوه راز ساتونکې ملګرې ولري .
٤. ځکه چې نجونې خپلې مور ته د يوې ښې ملګرې په سترګه ګوري .
٥. ځکه چې ميندې د خپلو لوڼو لپاره ښې باورې اورېدونکې دي .
٦. ځکه چې لوڼو ته ښه ملګرې جوړېدل د هغوی ډېرې ستونزې حلوي .
٧. ځکه چې ميندې کولای شي د خپلو لوڼو لپاره ښې لارښوونکې واوسي .
٨. ځکه چې ډېر ځله نجونې يوه اورېدونکي ته اړې وي، نه حل لارو ته .
٩. ځکه چې ډېرى نجونې لېواله دي، چې خپلو ميندو ته پټ رازونه ووايي .
۱۰. ځکه چې که مور اورېدونکې ونه اوسي بل څوک به يې ځای ونيسي .
۱۱. ځکه چې که مور د لور خبره نه اوري نو لور به يې ډېر زيان ووينې .
۱۲. ځکه چې ډېرى برياليو نجونو کارينده نه، بلکې اورېدونکې ميندې لرلې .

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ميندې او پلرونه لور ته د خاوند ټاکنې حق نه ورکوي؟

۱. ځکه چې ډېرى په دې باور دي چې نجونې په دې اړه د نظر ورکولو حق نه لري.
۲. ځکه چې د واده په اړوند د نجونو له حقونو څخه پوره خبرتيا نه لري.
۳. ځکه چې ځيني ميندې او پلرونه خپلو لوڼو ته ارزښت نه ورکوي.
٤. ځکه چې ډېرى ميندې او پلرونه فکر کوي لوڼې يې سمې نه پوهيږي.
۵. ځکه چې د ځينو په اند د خاوند ټاکل يانې، له واده څخه وړاندې اړيکې.
٦. ځکه چې د ځينو انگېرنو له مخې د نجلۍ ټاکنه سمه او منطقي نه وي.
۷. ځکه چې له پخوا نه همدا ډول يو دود او رواج په ميراث را پاتې دى.
۸. ځکه چې د ځينو په اند نجلۍ بايد پرته له خپلو بل سره واده ونه کړي.
۹. ځکه چې ښايي تر دې وړاندې يې په ژوند کې ناسمې پرېکړې کړي وي.
۱۰. ځکه چې ځيني ميندې او پلرونه غواړي په دې کار سره ځان و ښيي.
۱۱. ځکه چې د گاونډيانو او ټولنې له ردنې څخه سخته وېره او ډار لري.
۱۲. ځکه چې ځيني ميندې او پلرونه ناسم او منفي سوچونه ځان سره لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ميندې، پلرونه او کورنۍ واده ته ارزښت نه ورکوي؟

۱. ځکه چې د دوو کسانو د واده د ارزښت په اړه مطالعه نه کوي.
۲. ځکه چې له ماشومتوبه يې واده او ګډ ژوند سم نه دی پيژندل شوی.
۳. ځکه چې ځيني کورنۍ د ټولنې او نورو وګړو پيښې کوي.
٤. ځکه چې ډېر ځله واده د کورنۍ په خوښه کېږي، نه د ځوان په خوښه.
۵. ځکه چې د واده او ګډ کورني ژوند په اړوند عامه پوهاوی نه دی شوی.
٦. ځکه چې ځيني کورنۍ لا هم دې کار ته د حسادت په سترګه ګوري.
۷. ځکه چې زموږ ډېری کورنۍ ساده او بې بنسټه جوړې شوې دي.
۸. ځکه چې تصور کوي د عمر په دې پړاو کې بايد جوړه شي او بس.
۹. ځکه چې کله کله د خپلوانو د خبرو له مخې د واده پرېکړه کوي.
۱۰. ځکه چې تېرې ناخوالې او نابرياليي ودونه د دې کار لامل ګڼي.
۱۱. ځکه چې په ټولنه کې د واده مشورې اروايپوهنيز مرکزونه نشته.
۱۲. ځکه چې ځينو اروايپوهانو هم د دود او رواج له مخې ودونه کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې په لږ عمر کې واده نه کړو؟

۱. ځکه چې له عاطفي اړخه یې وده پوره او چمتو نه وي.
۲. ځکه چې ډېری ماشومان، د مور د کم عمر په خاطر مري.
۳. ځکه چې له جسمي او اروايي اړخه واده ته چمتو نه وي.
٤. ځکه چې د ګډ ژوند ملګرى او ګډ ژوند سم نه درک کوي.
۵. ځکه چې بیا د ګډ ژوند پر مهارتونو باندې سم نه پوهېږي.
٦. ځکه چې په جنسي اړیکو نه پوهېږي او دا ستونزې جوړوي.
۷. ځکه چې وړې او لږ عمره نجونې خپل ماشوم نشي روزلی.
۸. ځکه چې د دوهم واده، نورو اړیکو او خیانت لامل ګرځي.
۹. ځکه چې له درس او زده کړو څخه لرې او محرومېږي.
۱۰. ځکه چې ټولنیز مهارت نه لري نو په کورنۍ کې ستونزې پیدا کوي.
۱۱. ځکه چې وړې نجونې ډېر ژر له نورو سره وابسته(تړل) کېږي.
۱۲. ځکه چې ډېری وړې نجونې له ژوند سره جوړجاړی نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې ځوانانو ته د جنسي اړیکو په هکله معلومات ورکړو؟

۱. ځکه چې ښايي له نورو ناروا او غیر علمي لارو يې لاس ته راوړي.
۲. ځکه چې په هر حال بايد جنسي پوهه او زده کړې سمې ترلاسه کړي.
۳. ځکه چې په دې هکله پوره پوهېدل د مثبتو عاطفي اړیکو لامل ګرځي.
٤. ځکه چې د اړتیا وړ مالوماتو لرل د روغو جنسي اړیکو لامل ګرځي.
٥. ځکه چې که مالومات ونه لري د بېلارۍ او جنسي روږدتیا لامل ګرځي.
٦. ځکه چې د جنسي مالومات لرل ذهني فشار او اضطراب راکمولی شي.
٧. ځکه چې له خپلو احساساتو او اړتیاوو سره به په سم ډول بلد شي.
٨. ځکه چې که چېرې مالومات ونه لري، اړیکې به يې غیر انساني شي.
٩. ځکه چې ښايي په دې اړه له زده کړو پرته پر اروايي ستونزو اخته شي.
١٠. ځکه چې له هوساينې، يوبل درک او اړیکو رغېدو سره مرسته کوي.
١١. ځکه چې د مالوماتو لرل مو اړیکې رغوي او دا د خوښۍ لامل ګرځي.
١٢. ځکه چې په دې اړه پوه نجونې او هلکان په ټولو چارو کې بریالي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې د ګډ کورني ژوند په اړوند ولولو؟

۱. ځکه چې له واده وروسته ستونزې په سمه توګه حلولی شو.
۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په پېژندنه کې مرسته کوي.
۳. ځکه چې پوه به شو چې، ډېرې ستونزې عادي او ساده دي.
٤. ځکه چې مرسته کوي تر څو له تاوتریخوالي مخنیوی وکړو.
۵. ځکه چې له خپلې ونډې، دندې او مسوولیتونو څخه خبرېږو.
٦. ځکه چې بیا کولی شو ماشومان روغ، نوښتګر او ښه وروزو.
۷. ځکه چې د یو او بل اړتیاوې او ځانګړنې به سمې وپېژنو.
۸. ځکه چې له بې ځایه پرتله کولو او غوښتنو ځان ساتلی شو.
۹. ځکه چې له کورنیو ستونزو او ناخوالو څخه مخنیوی کوي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ د بریا، ګټورتوب او پوره کېدو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د بې ځایه غوښتنو په کمولو کې راسره مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ مو ځانګړې ارزښت پیدا کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري، عمري توپير ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې نارينه د مېرمنو په پرتله ټکنی عاطفي وده کوي.
۲. ځکه چې که نجلۍ ډېره لويه شي، د مور په شان چلند کوي.
۳. ځکه چې عمري توپير ته پام کول پر اړيکو ډېره اغېزه لري.
٤. ځکه چې ډېر ځله د دواړو تر مينځ د بې باورۍ لامل ګرځي.
۵. ځکه چې عمر ته پام کول د واده لپاره اړين معيار بلل شوی.
٦. ځکه چې د عمر توپير د ذهني او عاطفي توپير مانا ورکوي.
۷. ځکه چې د يو بل په پېژندنه کې له ستونزو سره مخ کېږو.
۸. ځکه چې د عمر توپير د دې لامل ګرځي چې ښه ملګرې نشو.
۹. ځکه چې له واده وروسته به د همزولي موندلو په هڅه کې شي.
۱۰. ځکه چې ډېر عمري توپير په جنسي اړيکو منفي اغېز کوي.
۱۱. ځکه چې ډېرې ارواپوهان درې کاله توپير سالم او مناسب ګڼي.
۱۲. ځکه چې ماشومان به مو له اروايي ستونزو سره وزېږېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغانستان کې واده کول په یوه وېره بدل شوي دي؟

۱. ځکه چې ډېری نارینه او ښځینه له یو بل نه خوښ نه دي.

۲. ځکه چې ځیني مېرمنې ډېرې زیاتې او بېځایه غوښتنې لري

۳. ځکه چې ځیني نارینه له واده وروسته خیانت ته مخه کوي.

٤. ځکه چې ځیني کورنۍ له یو بل سره ناوړه او بد چلند کوي.

۵. ځکه چې په ځینو کورنیو کې تاوتریخوالي ډېر شوي دي.

٦. ځکه چې ډېری ودونه ډېر سخت او زموږ له وړتیا لوړ دي.

۷. ځکه چې د واده لپاره پوره اروايي او جسمي چمتووالی نه لرو.

۸. ځکه چې کله کله جنسي ناپوهي هم د دې ډول وېرې لامل ګرځي.

۹. ځکه چې نه پوهېږو ګډ کورنی ژوند د انسانانو یوه اړينه اړتیا ده.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو وېره د خپلویو او ګډ ژوند لویه دښمنه ده.

۱۱. ځکه چې له ماشومتوبه همداسې روزل شوي یو او له واده وېرېږو.

۱۲. ځکه چې ددې ستونزو د حل په موخه له اروایوه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجونو او هلکانو عمر ډېر لوړ نشي؟

۱. ځکه چې د وخت په تېرېدو تجربې ډېرې او غوښتنې لوړېږي.

۲. ځکه چې ښايي رويباران کم او د واده چانس له لاسه ورکړو.

۳. ځکه چې ډېر کم نارينه له لوړ عمره مېرمنو سره واده کوي.

٤. ځکه چې د نورو کسانو له لوري په بې واده پاتې کېدو ځورېږي.

۵. ځکه چې انسان د واده لپاره يو ځانګړی پړاو لري او بايد متاهل شي.

٦. ځکه چې لوړ عمر د ځوانانو په ټاکنه کې ستونزې او سختۍ راولي.

۷. ځکه چې په اوږد مهال کې به هره ستونزه لويه او ډېره جدي نيسي.

۸. ځکه چې ډېری ځوانان د واده د معيارونو په هکله مالومات نه لري.

۹. ځکه چې يوازيتوب او مجردي انسان ته منفی او بد زيان رسولی شي.

۱۰. ځکه چې په لوړ عمر کې اولاد زېږول ګواښوونکې او بدې پايلې لري.

۱۱. ځکه چې له جنسي او اروايي اړخه ورته ډېر لوی زيانونه رسيږي.

۱۲. ځکه چې د ځوانانو د ژورخپګان، وسواس او ډېرو نهيليو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې له خپل کوژدن سره ډېر عادت (وابسته) لشو؟

۱. ځکه چې ځیني نجونې ډېر زیات عاطفي چلند کوي.
۲. ځکه چې هلکان له کچې ډېره پاملرنه ورته کوي.
۳. ځکه چې له واده وړاندې کړنې ډېرې واقعي نه وي.
٤. ځکه چې په اړیکو کې افراط او تفریط ورنه کېږي.
۵. ځکه چې ډېری ځوانان په کورنیو کې محرومیت لري.
٦. ځکه چې د ژوند نورو اړیکو او چارو ته زیان رسوي.
۷. ځکه چې د ډېرو او بېځایه غوښتنو او ځور لامل گرځي.
۸. ځکه چې د ځوانانو د لوست د مخنیوي لامل کرځي.
۹. ځکه چې یاد پړاو همداسې ځانگړنې له ځان سره لري.
۱۰. ځکه چې د گډ ژوند د ملگري نورې چارې محدودېږي.
۱۱. ځکه چې د ودې، ځان پنځونې او بریاوو مخنیوی کوي.
۱۲. ځکه چې په اړیکو کې تړاو سترې کوونکی او ډېر سخت دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې له واده وړاندې خپل احساسات پټوي؟

۱. ځکه چې ډېری کورنۍ نجونو ته د احساساتو د بیان اجازه نه ورکوي.
۲. ځکه چې په دې باور دي چې، کورنۍ یې په اړه منفي قضاوت کوي.
۳. ځکه چې نه پوهېږي ډېر ځله دا احساسات عادي مسله ده نه ستونزه.
٤. ځکه چې له نجونو سره مرسته نه ده شوې چې څنګه یې بیان کړي.
۵. ځکه چې تل مو نجونې د احساساتو تشولو پر مهال توهین کړې دي.
٦. ځکه چې مور او پلار پر احساساتو پوهېدو کې مرسته نه ده کړې.
۷. ځکه چې د احساساتو او له کوژدن سره د اړیکو په اړوند مطالعه نه لري.
۸. ځکه چې له وړاندې د احساساتو په دننه غورځولو باندې عادت شوي دي.
۹. ځکه چې نجونې د احساساتو او هیجاناتو تر مینځ په توپیر نه پوهېږي.
۱۰. ځکه چې هر کله یې چې ښودلي هېڅ په ښه سترګه نه دي ورته کتلي.
۱۱. ځکه چې نجونې هم نه پوهېږي چې احساسات یې د ژوند یوه برخه ده.
۱۲. ځکه چې د احساساتو تشولو په موخه یې له ارواپوه مرسته نه ده غوښتې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني هلکان خپله کوږدنه خپل ملکيت ګڼي؟

۱. ځکه چې ډېری هلکان په زورزياتي روزل شوي دي.
۲. ځکه چې ډېری نجونې هم غواړي له واک لاندې اوسي.
۳. ځکه چې ډېری نجونې له هلکانو څخه ځان ټيټ ګڼي.
٤. ځکه چې ډېری هلکان ځان غوښتونکي او ځان پاله دي.
۵. ځکه چې کورنۍ يوازې د زامنو درناوی او ستاينه کوي.
٦. ځکه چې هلکان د خپلو دا ډول کړنو په زيان نه پوهېږي.
۷. ځکه چې ډېری نجونې په ځان اعتماد او باور نه لري.
۸. ځکه چې کورنۍ داسې چلند کول د هلکانو خپل حق ګڼي.
۹. ځکه چې دا نه دي ورښودل شوي چې انسان خپلواکه دی.
۱۰. ځکه چې د نجونو په وده او پياوړتيا کې هڅه نه ده شوې.
۱۱. ځکه چې کورنۍ، هلکان همدا ډول روزي او پاروي.
۱۲. ځکه چې داسې څوک نشته چې دا ستونزه ونګوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه وړاندې ناخوالې هېرې کړو؟

۱. ځکه چې له هېرولو پرته يې کومه بله لاره نه شته.
۲. ځکه چې ژوند يوازې په دمګړۍ کې مونډل کېږي.
۳. ځکه چې تېر يادونه مو په ژور خپګان اخته کوي.
٤. ځکه چې په تېر کې د دمګړي خوند نشو مونډلې.
۵. ځکه چې په تېر کې اوسېدل د پرمختګ مخه نيسي.
٦. ځکه چې د تېر له منلو پرته بله چاره په لاس کې نشته.
۷. ځکه چې تېر که څومره بد شي بيا هم تېر شوي دي.
۸. ځکه چې داسې انسان نشته چې ښه يا بد تېر ونه لري.
۹. ځکه چې که يې هېر نه کړو، خوښي به مو رانه واخلي.
۱۰. ځکه چې د ناخوالو يادول مونږ ته هېڅ ګټه نه رسوي.
۱۱. ځکه چې په اروايي او کورنيو ستونزو به مو اخته کړي.
۱۲. ځکه چې واده کول يانې د يوه تاند او نوي ژوند پيل.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې هلکان د کورنیو تر اغېز لاندې راځي؟

۱. ځکه چې ډېری هلکان له مالي پلوه په کورنۍ پورې تړلي.
۲. ځکه چې ورته ویل شوي، مېرمنه مهمه او ارزښتمنه نه ده.
۳. ځکه چې د ډېری هلکانو په اند یې، کورنۍ تل ریښتینې دي.
٤. ځکه چې د افغاني دود له مخې هلکان تل ډېر واک نه لري.
۵. ځکه چې کورنۍ نه پوهېږي په دې کار سره یې کور ورانوي.
٦. ځکه چې ډېری هلکان نه پوهېږي چې راتلونکې یې ننګوي.
۷. ځکه چې له وړاندې بې اورېدلي وي چې ښځه مزدوره وي.
۸. ځکه چې د کورنۍ غړي له هلکانو ناوړه او ډېرې هیلې لري.
۹. ځکه چې د روغ او ناروغ کورني ژوند په اړوند مطالعه نه لري.
۱۰. ځکه چې که هلکان خبرې ومني، کورنۍ مرسته ورسره کوي.
۱۱. ځکه چې ډېری نجونې او هلکان په ژوند کې خبرې نه سره کوي.
۱۲. ځکه چې ښايي له واده وړاندې په ځانګړو مسایلو همغږي نه وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه واړندې جنسي اړیکې ونه لرو؟

۱. ځکه چې ښایي له واده وړاندې مو جنسي ملګرې تهدید کړي.

۲. ځکه چې له واده وړاندې جنسي اړیکې دواړو ته زیان رسوي.

۳. ځکه چې له هوډ او رسمیت پرته جنسي اړیکې خوند نه لري.

٤. ځکه چې موږ تر وېرې، اضطراب او ذهني فشار لاندې راولي.

۵. ځکه چې ښایي په دې کار رسوا او آن ژوند له لاسه ورکړو.

٦. ځکه چې ځینو ته د ګناه احساس او د وجدان عذاب پیدا کوي.

۷. ځکه چې ښایي حمل واخلي او له سختو ستونزو سره مخ شو.

۸. ځکه چې د ډېرې کسانو لپاره پر ناخوالو او بدو خاطرو بدلیږي.

۹. ځکه چې ښایي په ځینو جنسي او ارواییي ګډوډیو باندې اخته شي.

۱۰. ځکه چې بیا به مو د ګډ ژوند په ملګري باور کول راته سخت شي.

۱۱. ځکه چې پر یو بل بې باوره کېږو او شک او وهم راته پیدا کېږي.

۱۲. ځکه چې ډېرځله ددې ډول مخینې منل نرانو ته ستونزمن وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځينو کوژدو موده ډېره اوږدېږي؟

١. ځکه چې پرته له دې چې اقتصاد ته پام وکړي، کوژده کوي.

٢. ځکه چې د نجلۍ کورنۍ د زوم له کورنۍ نه ډېر ولور غواړي.

٣. ځکه چې کېداى شي د نجلۍ او هلک خپلوان پکې ښکېل وي.

٤. ځکه چې لوى لامل يې د ګڼو رواجونه او دودونو شتون دى.

٥. ځکه چې کورنۍ يې په لومړيو کې لګښتونو ته پام نه کوي.

٦. ځکه چې ځيني غلط باور کوي چې پېژندنه کې مرسته کوي.

٧. ځکه چې نه پوهېږي ښه موده يې ٦ تر ١٢ مياشتو پورې ده.

٨. ځکه چې ډېرى په دې نه پوهېږي چې ستونزو سره يې مخ کوي.

٩. ځکه چې ډېرى د نکاح تړل کېدو مهال په خپله خوښه ټاکي.

١٠. ځکه چې نه دي خبر چې هلک او نجلۍ په اضطراب اخته کوي.

١١. ځکه چې نه پوهېږي چې هلک او نجلۍ ته ژورخپګان پيدا کېږي.

١٢. ځکه چې بدبختانه د کوژدې مهال په اړوند هېڅ مالومات نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژده ډېره اوږده نشي؟

۱. ځکه چې هلک او نجلۍ ته د همغږۍ ستونزې پیدا کوي.
۲. ځکه چې ډېرځله نجلۍ او هلک له یوبل نه ستړي کیږي.
۳. ځکه چې د یو بل پېژندلو لپار یو کال وخت بسنه کوي.
٤. ځکه چې د هلک او نجلۍ تر مینځ تولې پوښتنې حلېږي.
۵. ځکه چې له عاطفي پړاو وروسته باید جنسي پړا پیل شي.
٦. ځکه چې د نجلۍ او هلک تر مینځ پرتلې او غوښتنې ډېروي.
۷. ځکه چې د کوژدې اوږدېدل د دواړو د پښېماني لامل گرځي.
۸. ځکه چې د نجلۍ او هلک د نیوکو او بهانو لامل کېدای شي.
۹. ځکه چې د خلکو د پوښتنو دروند پیتې باید په غاړه واخلي.
۱۰. ځکه چې زموږ د نورو خویندو او وروڼو د واده مخه نیسي.
۱۱. ځکه چې د نجلۍ او هلک لرېوالی نور یو بل ته عادي کیږي.
۱۲. ځکه چې د نورو کسانو ښکېلتیا او مداخلې ته لاره هواریږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې هلک او نجلۍ پر یو بل بې باوره کېږي؟

۱. ځکه چې له کوژدې وړاندې یې یو بل سم نه دي پېژندلي.
۲. ځکه چې خپلو خبرو، کړنو او چلند ته پوره پام نه کوي.
۳. ځکه چې نجلۍ او هلک د یو بل پر مخینه څېړنې کوي.
٤. ځکه چې له اوله یې د باور کولو په پار هڅه نه ده کړې.
٥. ځکه چې په خپل مینځ کې ډېرې ناحل شوې پوښتنې لري.
٦. ځکه چې ځیني هلکان او نجونې اروایي ستونزې لري.
۷. ځکه چې پر یو بل باور جوړولو ته ارزښت نه ورکوي.
۸. ځکه چې کله کله کورنې د دواړو تر مینځ د شک لامل ګرځي.
۹. ځکه چې خپلې ستونزې او ناخوالې یو بل ته نه وایي.
۱۰. ځکه چې ډېری یې د باور جوړولو په لارو سم نه پوهیږي.
۱۱. ځکه چې لامل یې نه پیدا کوي او تل بېځایه شخړې کوي.
۱۲. ځکه چې د ستونزو پر مهاله زغم او سمه څېړنه نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال تېروتنو ته پام نه کوو؟

۱. ځکه چې د کوژدې د پړاو لومړی اصل یو بل پېژندنه دي.
۲. ځکه چې کوژدن به بیا سم یا سمه شي، دا ناسم تصور دی.
۳. ځکه چې د دې پړاو چلند ډېرځله ریښتینی او سم نه وي.
٤. ځکه چې ډېرځله د کوژدې پر مهال تېروتنې عمري کېږي.
۵. ځکه چې وروستی پرېکړه هم د کوژدې پر بنسټ کېږي.
٦. ځکه چې پړه یوازې په کورنۍ نه په کوژدنو هم لویږي.
۷. ځکه چې د ډېری کورنیو ستونزو لامل همدا بابېزه ګڼل وي.
۸. ځکه چې ډېری تېروتنې له خیانتونو سره نېغه اړیکه لري.
۹. ځکه چې د کوژدې پړوا ارزښت د روغ واده یو اصل دي.
۱۰. ځکه چې ځیني تېروتنې د ځینو د شخصیت یوه برخه وي.
۱۱. ځکه چې ښایي مینه مو پیدا شوی وي او بده یې ونه ګڼو.
۱۲. ځکه چې ځیني تېروتنې د اروایي او جنسي ګډوډیو لامل دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال نجلۍ او هلک لږ یو بل ویني؟

۱. ځکه چې ډېرې لیدنې کتنې د عاطفي ستونزو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې هر څه که له اړینې کچې ډېر شي، رسوا کېږي.
۳. ځکه چې د ډېرې کورنیو لپار دا کار د زغم وړ نه دی.
٤. ځکه چې د روغو اړیکو لپاره ډېرو لیدنو ته اړتیا نشته.
۵. ځکه چې کېدای شي هلک او نجلۍ ډېر سره عادت شي.
٦. ځکه چې افراطي کتل د لیدنو د خوند او مزې کچه راټیټوي.
۷. ځکه چې ښایي نجلۍ او هلک له یو بل نه ستړي او عادي شي.
۸. ځکه چې په نورو چارو کې د سستۍ او تنبلۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې له واده څخه وروسته د ناسم پوهاوي لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې له خویندو او ورونو سره، اړیکو ته مو لوی زیان اړوي.
۱۱. ځکه چې ډېرځله کوژدن شوي له مالي ستونزو سره مخ کېږي.
۱۲. ځکه چې بیا بیاځلي لیدنې ډېرځله جنسي اړیکې مینځ ته راوړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له هلک سره د هغه د پیسو په خاطر واده ونه کړو؟

١. ځکه چې ځېړنې ښيي، شتمن او مالدار خلک هم ستونزې لري.
٢. ځکه چې شتمني مو عاطفي نه؛ بلکې مادي اړتیاوې پوره کوي.
٣. ځکه چې دېرځله شتمنۍ د مقابل لوري عیبونه پټ او ورکوي.
٤. ځکه چې مینه، متقابل درناوی او سمه پېژندنه هم د ژوند اړتیا ده.
٥. ځکه چې دا یو محرومیت دی او کېدای شي رفع شي نو بیا څه؟
٦. ځکه چې مالي شتمنۍ په یوه حال نه وي او دایمي ثبات نه لري.
٧. ځکه چې د پیسو په خاطر واده ګډ کورني ژوند ته زیان اړوي.
٨. ځکه چې شتمني نارینه نورو ودونو ته هم هڅولی شي، بیا څه؟
٩. ځکه چې که انګېزه شتمني وي، کمېدل یې بېلتون رامینځ ته کوي.
١٠. ځکه چې بریالی او روغې اړیکې تل په پیسو نه وي تړلې.
١١. ځکه چې په پیسو سره هلک د نجلۍ خاوند او مالک جوړېږي.
١٢. ځکه چې کورنۍ د شتمنۍ پر بنسټ نه، بلکې پر درک جوړېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د يو بل د کورنيو په اړوند قضاوت ونه کړو؟

۱. ځکه چې ډېرځله د نجلۍ او هلك اړيکو ته زيان رسوي.

۲. ځکه چې نجلۍ او هلك له يو بل څخه بېل او لرې کوي.

۳. ځکه چې هر قضاوت بايد له کوژدې وړاندې شوې واى.

٤. ځکه چې د يو بل په کورنيو کې د لاسوهنې حق نه لرئ.

۵. ځکه چې د نجلۍ او هلك د کورنيو ستونزو لامل گرځي.

٦. ځکه چې د خاوند او مېرمنې ترمينځ د ستونزو لامل گرځي.

۷. ځکه چې په دې سره همغږۍ او روغې ته نشو رسېدى.

۸. ځکه چې اولادونه په خپلو کورنيو پورې تړلي (وابسته) دي.

۹. ځکه چې د قضاوت نه کول بايد د ښو اخلاقو په سترگه ومنو.

۱۰.ځکه چې قضاوت د نورو په ژوند کې مستقيمه لاسوهنه ده.

۱۱.ځکه چې يو بل منل، درناوى او همغږي رامينځ ته کوي.

۱۲.ځکه چې تر اوسه د اړيکو د مديريت په اړه مالومات نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د غوصې پر مهال له خپل کوژدن سره بحث ونه کړو؟

۱. ځکه چې د غوصې پر مهال بحث په تاوتریخوالي اوړي.
۲. ځکه چې ښايي داسې بحثونه مو د بېلتون لامل وګرځي.
۳. ځکه چې د غوصې پر مهال تل د پرېکون هڅې کوو.
٤. ځکه چې د غوصې پر مهال بحثونه تل بې پايلې ختمیږي.
۵. ځکه چې غوصه د ستونزو د لوېدو او غزېدو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې ډېرځله په غوصه کې بحثونه ستونزې نشي حلولی.
۷. ځکه چې ښايي کورنی لاسوهنه وکړي او ستونزه لویه شي.
۸. ځکه چې غوصه هېڅکله هم زموږ د اړیکو لپاره ګټوره نه ده.
۹. ځکه چې د غوصې پر مهال باید لومړی ګام په آرامه واخلو.
۱۰. ځکه چې ناسمه پوهېدنه، شخړې او منفي هیجانات ډېروي.
۱۱. ځکه چې د ځان کمی او ګوښه والی لامل کېدای شي.
۱۲. ځکه چې د غوصې پر مهال په سمه د زړه خواله نه شو کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې د ستونزو په حل خبرې نه کوي؟

۱. ځکه چې فکر کوي کوژدن يې په څه نه پوهېږي.
۲. ځکه چې لا هم د کوژدن په راز ساتلو باور نه لري.
۳. ځکه چې کورنۍ يې، دواړه لوري له يو بله لرې ساتي.
٤. ځکه چې له کوژدن سره د خبرو په ګټه نه پوهېږي.
۵. ځکه چې پرلپسې خبرې کول پخپله ستونزه حل کوي.
٦. ځکه چې د ستونزو د حل يوازينۍ لاره خبرې دي.
۷. ځکه چې خبرې نه کول د ذهني فشار لامل ګرځي.
۸. ځکه چې په زړه کې پاتې خبرې ژورخپګان پيدا کوي.
۹. ځکه چې ناويل شوې خبرې د ناسم چلند لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې له هغوی پرته بل څوک مرسته نشي کولی.
۱۱. ځکه چې له بل چا سره خبرې شخصي حريم ماتوي.
۱۲. ځکه چې بايد خپله خبرې وکړي يا له ارواپوه سره.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني هلکان د کوژدن پړاو سړوي؟

١. ځکه چې ډېرى د کورنيو په غوښتنو کوژدن شوي.
٢. ځکه چې د نجونو له خوا ډېرې پوښتنې ورنه کېږي.
٣. ځکه چې ښايي د نجلۍ له خوا به ډېر څارل کېږي.
٤. ځکه چې نارينه په عاطفي اړيکو باندې ډېر فکر نه کوي.
٥. ځکه چې هلکان تل خپل جنسيت ته ارزښت ورکوي.
٦. ځکه چې ځيني له کوژدې وروسته رازونه افشا کوي.
٧. ځکه ملګري ورته وايي چې کوژدن ته پام ونه کړي.
٨. ځکه چې ځيني هلکان ديکتاتور او ځان غوښتونکي دي.
٩. ځکه چې د ځينو لپاره کورنى ژوند لومړيتوب نه لري.
١٠.ځکه چې له خپلې کوژدنې نه ېبخي ډېرې غوښتنې کوي.
١١.ځکه چې ډېرى هلکان له ريښتينې مينې سره بلد نه دي.
١٢.ځکه چې ډېرې هلکان له جنسي توپيرونو خبر نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د هلک او نجلۍ تر منځ اقتصادي انډول اړین دی؟

١. ځکه چې ډېری ستونزې د پیسو په وسیله حل کېږي.
٢. ځکه چې د انډول نشتوالی کډوالۍ لامل هم ګرځي.
٣. ځکه چې له بده مرغه نننی انسانان ماده پرسته دي.
٤. ځکه چې د ژوند د مهارتونو په وده کې مرسته کوي.
٥. ځکه چې د لوړو زده کړو د پیلولو او دوام لامل دی.
٦. ځکه چې کولی شي په خپلواک ډول ژوند وکړي.
٧. ځکه چې د کورنیو شکایتونو د کموالي لامل ګرځي.
٨. ځکه چې ځینې جوړې سیالیو او پرتلو ته هڅوي.
٩. ځکه چې د واده لپاره یو سم او ارزښتناک معیار دی.
١٠. ځکه چې نه پاملرنه یې ښایي د کوژدې موده اوږده کړي.
١١. ځکه چې ښایي وروسته له واده مو پوره وړي کړي.
١٢. ځکه چې مالي مدیریت د ګډ ژوند یو مهم اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ، د اولادونو له واده وړاندې ډېر خواږه نشي؟

۱. ځکه چې ډېر تنګ راتګ اړیکې خرابې او مینه کموي.
۲. ځکه چې له یو بل څخه غوښتنې ډېرې او لوړېږي.
۳. ځکه چې ډېری کورنۍ د سیالیو پر بنسټ ژوند کوي.
٤. ځکه چې ډېری کورنۍ وسواسي دي او بدلون نه مني.
۵. ځکه چې ډېری د کوژدې پرځای دود ته ارزښت ورکوي.
٦. ځکه چې کورنۍ توپیر لري او لږ اړیکې ورته ښه دي.
۷. ځکه چې زموږ نه د اولادونو اړیکې او ژوند مهم دی.
۸. ځکه چې کورنیو تر مینځ همغږي هم له مینځه وړي.
۹. ځکه چې په افراطي اړیکو کې سمه پېژندنه ناشونې وي.
۱۰. ځکه چې د کورنیو تر مینځ ډېر اړیکې وخت ضایعه کوي.
۱۱. ځکه چې ډېر خوړېدل په ژوند کې د لاسوهنو لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې ښايي د نجلۍ او هلک په اړیکو بد اغېز وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې د خپلو اروايي ګډوډيو درملنه وکړو؟

۱. ځکه چې پر ځان باور او ځان درناوي مو بده اغېز کوي.
۲. ځکه چې د ګډ کورني ژوند اړيکې به مو له سره ورغوي.
۳. ځکه چې د يو بل پر وړاندې غبرګونونه به مو راکم کړي.
۴. ځکه چې ذهني فشار او اروايي ګډوډۍ به مو ډېرې نشي.
۵. ځکه چې ښايي د واده مخه ونيسي او ستونزې جوړې کړي.
۶. ځکه چې اروايي ګډوډيو ته نه پاملرنه ګډوډۍ ډېروی شي.
۷. ځکه چې ښايي کوژدن مو راخخه خواشيني او ناهيلی کړي.
۸. ځکه چې اروايي ګډوډيو ډېرې جوړې سره جلا کړي دي.
۹. ځکه چې د ځينو ګډوډۍ درملنه له واده وړاندې حتمي وي.
۱۰.ځکه چې ځيني ګډوډۍ له طبي اړخه واده منعه کوی شي.
۱۱.ځکه چې ډېرو افغانانو ته يې وروسته ستونزې جوړې کړي.
۱۲.ځکه چې د ځينو ګډوډيو درملنه له واده وروسته سختېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کوژدې وروسته کورنۍ او ملګري هېر نه کړو؟

۱. ځکه چې د انسان هره اړیکه خپل ځانګړی اهمیت لري.
۲. ځکه چې کورنۍ او ملګري زموږ په ژوند کې مهم دي.
۳. ځکه چې ریښتینې هوساینه ښې او پراخې اړیکې لري.
٤. ځکه چې اړیکې مو یوازې پر کوژدن نه راڅرخېږي.
۵. ځکه چې کورنۍ هم د زموږ اړیکو ته پوره اړتیا لري.
٦. ځکه چې کورنۍ او ملګري مو هم ټولنیز چاپېریال دی.
۷. ځکه چې د اړیکو کمښت د اړیکو له منځه تلل هم لري.
۸. ځکه چې د کورنۍ هېرول مو د نړل کېدو لامل ګرځي.
۹. ځکه چې د کوژدن په راتلو سره نور کسان هم مهم دي.
۱۰. ځکه چې ټولو اړیکو ته باید وخت، ارزښت ورکړ شي.
۱۱. ځکه چې یوازې له کوژدن سره اړیکې مو منزوي کوي.
۱۲. ځکه چې ټکنالوژۍ او بوختیاوې مو هسې هم لرې کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک یو بل کنټرول نه کړي؟

١. ځکه چې په دې چلند سره خپلې اړیکې نورې هم سستوو.
٢. ځکه چې ښايي په اړیکو کې مو شک او بدګماني پیدا کوي.
٣. ځکه چې ښايي نجلۍ او هلک ستړي او نوماندي فسخه شي.
٤. ځکه چې ډېرى هلکان نه خوښوي چې کنټرول او وځارل شي.
٥. ځکه چې ځیني کورنۍ د نجلۍ او هلک دا چلند نه خوښوي.
٦. ځکه چې ښايي په دې چلند سره نجلۍ او هلک څه پټ کړي.
٧. ځکه چې پاملرنه راکموي او اړیکې هم ډېرې زیاتې ورانوي.
٨. ځکه چې که زموږ د ژوند ملګرى وي نو کنټرول د څه لپاره؟
٩. ځکه چې ځیني پرې عادت شوي او باید کراره يې راکم کړي.
١٠. ځکه چې د کورنۍ او ملګرو په خوله عمل او تحریک عمل کوي.
١١. ځکه چې څار او کنټرول کول د انحراف او بېلارۍ لامل ګرځي.
١٢. ځکه چې که یې کنټرول نه کړو، نو اړیکې مو خوږولې شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل دین او مذهب له پیروانو سره واده وکړو؟

۱. ځکه چې اولادونه به مو د عقېدې په تاکنه کې ستونزه نه لري.
۲. ځکه چې په کورنیو کې به مو عقیدوي سیالی نه شروع کېږي.
۳. ځکه چې هر چا ته خپل دین او مذهب تر هرڅه ارزښت لري.
٤. ځکه چې ښايي وروسته مو وړې ستونزې په نه همغږۍ واوړي.
٥. ځکه چې په ګډ ژوند کې د ستونزو او سرخوږي لامل ګرځي.
٦. ځکه چې له واده وروسته به په میراث و ترکه نه سره جوړېږي.
۷. ځکه چې د دین او مذهب خلاف ودونو ښه پایله نه ده ورکړې.
۸. ځکه چې په لومړیو کې د دین او مذهب له ونډې نه خبر نه یو.
۹. ځکه چې ډېرې اروپوهان د یوه دین او مذهب وادونه ښه ګڼي.
۱۰. ځکه چې له بل دین او مذهب لرونکي سره واده هوساینه کموي.
۱۱. ځکه چې ښايي په ۱۰۰ کې ۴ تر ۵ سلنه یې هم مثبته پایله نه لري.
۱۲. ځکه چې د بېلابېلو دینونو لرونکو سره چارچلند ناشونی کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن هیلې په پام کې ونیسو؟

۱. ځکه چې د لا پیژندنې او پوهاوي لامل گرځېدی شي.
۲. ځکه چې یو بل ته مو د لا ډېر پام او فکر لامل گرځي.
۳. ځکه چې کله کله په لاشعوری ډول سره مرسته کوي.
٤. ځکه چې د دواړو لویه غوښتنه همدا هیلو ته پام وي.
۵. ځکه چې په دې سره له ډېرو ستونزو نه مخنیوی کوي.
٦. ځکه چې ښايي خپلو غوښتنو سره به يې يو شی کړي.
۷. ځکه چې دې ته له پام پرته به ستونزې هم ډېرې شي.
۸. ځکه چې د کوژدن د خوشالولو یو راز همدا کار دی.
۹. ځکه چې په لېوالتيا کې يې د ټینگار ټکی موندلی شو.
۱۰. ځکه چې ژوند د غوښتنو په پاملرنه ښکلی کېدی شي.
۱۱. ځکه چې هرې وړې او لویې ستونزې نه به خلاص شو.
۱۲. ځکه چې له ډېرو لفظي شخړو څخه مخنیوی سوی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوې نجلۍ او هلک له یو بل سره جنګ کوي؟

۱. ځکه چې ډېری یې په کافي اندازه یو بل نه پېژني.
۲. ځکه چې د نر او ښځې په توپیر سم نه دي پوه شوي.
۳. ځکه چې د ستونزې د حل په خاطر مشوره نه اخلي.
٤. ځکه چې تراوسه د یو بل په توپیرونو سم بلد نه دي.
۵. ځکه چې نه پوهېږي، ډېر جنګ به یې سره لرې کړي.
٦. ځکه چې نه پوهیږي مېرمنې اورېدونکي ته اړې دي.
۷. ځکه چې نه پوهیږي نارینه یوازیتوب ته اړتیا لري.
۸. ځکه چې ډېرځله له یو بل څخه ډېرې لوېې هیلې لري.
۹. ځکه نه درک کوي، ژوند له شخړو پرته ناشونی دی.
۱۰.ځکه چې نه پوهېږي چې یوازې ښه چلند ژوند غځوي.
۱۱.ځکه چې له ماشومتوبه همداسې جنګي روزل شوي.
۱۲.ځکه چې نه پوهیږي د ستونزو په حلولو به هوسا شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن رازوله چاته وله وایو؟

۱. ځکه چې کوژده یو ازمایښتي پړاو دی.

۲. ځکه چې ښايي اړیکه له مینځه ویسي.

۳. ځکه چې ښايي تر مینځ مو کینه پیدا شي.

٤. ځکه چې رازونه د ژوند یوه برخه ده.

۵. ځکه چې ښايي کوژده مو سره فسخه شي.

٦. ځکه چې ګاونډ او کورنۍ لاسوهنه کوي.

۷. ځکه چې ښايي کورنۍ ستونزې پیدا شي.

۸. ځکه چې راز ساتل د مینې لامل ګرځي.

۹. ځکه چې راز ساتل به دواړه هوسا کړي.

۱۰. ځکه چې له امله به يې ټول عمر خوربږو.

۱۱. ځکه چې د دواړو لورو حریم به مات شي.

۱۲. ځکه چې ارواپوهان يې د کوژدن قانون ګڼي.

CamScanner

ولې نجلۍ او هلک د یو بل خبرو ته غوږ ونیسي؟

۱. ځکه چې مرسته ورسره کوي تر څو یو بل ښه وپېژني.
۲. ځکه چې په دې سره یې په مینځ کې صمیمت ډېرېږي.
۳. ځکه چې نجلۍ او هلک غواړي خبرې یې واورېدل شي.
٤. ځکه چې کوژدن او ګډ ژوند هم ورته لومړیتوب کېږي.
۵. ځکه چې ځیني کورنۍ یې نه غواړي، خو یوه اړتیا ده.
٦. ځکه چې غوږ نیول مو د کوژدن مهال ستونزې حل کوي.
۷. ځکه چې غوږ نه نیول مو د ګډ ژوند ستونزې لا ډېروي.
۸. ځکه چې په اورېدلو سره به یو بل لا ډېر درک کړی شو.
۹. ځکه چې غوږ نه نیول د ناسمې پوهېدنې لامل کېدی شي.
۱۰. ځکه چې په خبرو اورېدو سره به سمې حل لارې ومومي.
۱۱. ځکه چې ډېری اروا پوهان یو بله ته غوږ نیول وړاندیزوي.
۱۲. ځکه چې اورېدنه په اړیکو ډېر او مثبت اغېز کولی شي.

(c) ketabton.com: The Digital Library
CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د هلکانو زده کړې له نجونو ډېرې وي؟

۱. ځکه چې د ځېنو له مخې په دې کار سره همغږي ډېرېږي.
۲. ځکه چې د ډېری نجونو د کورنیو غوښتنه هم تل همدا وي.
۳. ځکه چې کله ناکله د دواړو تر مینځ د غوړوهنې لامل گرځي.
٤. ځکه چې نارینه نه غواړي د مېرمنې زده کړې یې لوړې وي.
۵. ځکه چې ښايي دا مسئله د دواړو په عاطفې ژوند اغېز کوي.
٦. ځکه چې ډېرځله نران له همدې امله ځان له نورو کم گڼي.
۷. ځکه چې کله ناکله نران آن په خپل ځان هم بې باوري کوي.
۸. ځکه چې د دواړو د ستونزو د حل په برخه کې مرسته کوي.
۹. ځکه چې مېرمن به یې مغروره او خاوند به له نورو کم نشي.
۱۰. ځکه چې د زده کړو او مالوماتو انډول به یې سره برابر شي.
۱۱. ځکه چې ښايي د دواړو غاړو کورنۍ لاسوهنې ته اړیاسي.
۱۲. ځکه چې د ملگرو له لوري به د ښځې مزدور ونومول شي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله ناکله احساس کوو چې مجردي ښه وه؟

١. ځکه چې احساس کوو ورانديې مو مسوولیتونه لږ وو.

٢. ځکه چې د ژوند هر پړاو بېلابېلې ښېګڼې سره لري.

٣. ځکه چې ښايي غوښتنې مو سره پوره شوې نه وي.

٤. ځکه چې ځيني ستونزې له واده وړاندې نه حل کوو.

٥. ځکه چې د همغږۍ په مهارت سم سمبال شوي نه یو.

٦. ځکه چې د ژوند او د ملګري په اړه مالومات نه لرو.

٧. ځکه چې د جوړجاړي پر ځای یې د بدلون هڅې کوو.

٨. ځکه چې له ارواييي او جسمي اړخه ډېر چمتو نه یوو.

٩. ځکه چې یوازې واده مو کړی، سره منلی مو نه دي.

١٠.ځکه چې ډېر په کورنۍ پورې تړلي او وابسته یو.

١١.ځکه چې بانې لټوو او له حده ډېر یې قضاوت کوو.

١٢.ځکه چې له واده نه وړاندې مو مشوره نه ده کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېر فلمونه او سريالونه کوژدن ته ستونزې پيدا کوي؟

١. ځکه چې د فلم ليدل مو په يوه خيالي او چرتي انسان بدلوي.
٢. ځکه چې له منفي اړخونو يې پيښې کوو او نارامه کوي مو.
٣. ځکه چې کله ناکله ذهني فشار او ژورخپګان هم پيدا کوي.
٤. ځکه چې ښايي د شپې له مخې د خوب ګډوډيو هم پيدا کړي.
٥. ځکه چې د کوژدن پر وړاندې زموږ غوښتنې ډېروی شي.
٦. ځکه چې کله کله د نجلۍ او هلک تر منځ عاطفه ماتوي.
٧. ځکه چې له ټولنيزو او فزيکي فعاليتو څخه مو لرې ساتي.
٨. ځکه چې د طلاق او بېلتون يو لامل همدا سريالونه بلل شوي.
٩. ځکه چې کله کله زموږ په جسمي او ذهني بدلونونو اغېز کوي.
١٠.ځکه چې د نجلۍ او هلک تر مينځ صميميت او مهرباني کموي.
١١.ځکه چې ورځنۍ چارې او برياوې مو وروسته پاتې کوی شي.
١٢.ځکه چې له ځينو خپرونو او سريالونو سره تړاو پيدا کوی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک له واده وړاندې سفر ونه کړي؟

١. ځکه چې کېدای شي د جنسي اړیکو لامل وګرځي.

٢. ځکه چې ناسم فکرونه او شخړې رامینځ ته کوي.

٣. ځکه چې زموږ له دودونو او رواج سره نه ښايي.

٤. ځکه چې دواړه له اروايي اړخه سره تړل کېږي.

٥. ځکه چې د کوژدې پړاو کې یوازې پېژندل دی.

٦. ځکه چې تراوسه د مینې پړاو نه دی پوره شوی.

٧. ځکه چې ډېری کورنۍ سفر هېڅ نه خوښوي.

٨. ځکه چې د کوژدن په پړاو کې سم باور نه وي.

٩. ځکه چې دا سفر د واده په اندازه مصرف لري.

١٠. ځکه چې د کوژدې پړاو یو ډېر حساس پړاو دی.

١١. ځکه چې د ټولنې د خلکو له پوښتنې لاندې راځو.

١٢. ځکه چې ډېری اروا پوهان یې هم نه وړاندیزوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د افغان نجونو لپاره واده په یوه ستونزه بدل شوی؟

۱. ځکه چې زموږ د ټولنې نجونې تل په نارینه وو تکیه کوي.
۲. ځکه چې فکر کوي د ژوند ټولې اړتیاوې په نرانو پورې دي.
۳. ځکه چې تر اوسه په ځان باور نه لري او په ځان بسیا نه دي.
٤. ځکه چې ځان له نورو کم ګڼي او واده کول ورته سخت دي.
٥. ځکه چې ډېرې کورنۍ د نجونو په دې ستونزه خواشیني کوي.
٦. ځکه چې ځینې کورنۍ له خپلو نجونو څخه ښه ملاتړ نه کوي.
۷. ځکه چې په بیا بیا ځلي نجونو ته ویل کېږي ولې واده نه کوې.
۸. ځکه چې ډېری نجونې له بد مرغیو څخه ویره او ډار لري.
۹. ځکه چې نجونو ته د عامه پوهاوي پروګرامونه نه جوړېږي.
۱۰. ځکه چې د کورنیو ستونزو په حل کې څوک ونډه نه ورکوي.
۱۱. ځکه چې باور لري واده د نجونو لپاره یوازینی لومړیتوب دی.
۱۲. ځکه چې ډېری نجونې زده کړې کوي نو ځکه اندېښمنې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مجرده ځوانان ډېر په غوصه کېږي؟

۱. ځکه چې د غوصې د مدیریت مهارتونه نه دي ورښودل شوي.
۲. ځکه چې خپله هم د هیجانونو د مدیریت په اړه مالومات نه لري.
۳. ځکه چې ځان ته په لویه سترګه ګوري او ځان سم نه پېژني.
٤. ځکه چې ځواک طلبه ده او دا د ځوانۍ یوه خورا مهمه اړتیا ده.
۵. ځکه چې د بدلون تجربه نه لري او په څرنګوالي یې نه پوهېږي.
٦. ځکه چې خپل جنسي اړتیاوې سمې نه شي سره مدیریت کولی.
۷. ځکه چې کورنۍ یې د نوې ځوانۍ له پړاونو څخه نه خبروي.
۸. ځکه چې ډېری کورنۍ له نویو ځوانانو سره روغې اړیکې نه لري.
۹. ځکه چې له نوې ځوانۍ سره اړوند هورمونونه ډېر ترشح کېږي.
۱۰. ځکه چې د منفي هیجانونو د تشولو لارې چارې یې نه دي زده.
۱۱. ځکه چې د ستونزو حل او پرېکړې له مهارتونو سره آشنا نه دي.
۱۲. ځکه چې ډېری نوي ځوانان مطالعه نه لري او سپورت نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې څېړنې وکړو؟

۱. ځکه چې له څېړنو پرته واده په تیاره کې د مزل په مانا ده.

۲. ځکه چې واده په احساساتو باندې نه پر څېړنو روغولی شو.

۳. ځکه چې څېړنه د واده لپاره یوه علمي او روغه تګلاره ده.

٤. ځکه چې د دواړو لورو پوښتنې او ستونزې حل کېدی شي.

۵. ځکه چې د کورنۍ او نوماندې اندېښنې له مینځ وړلی شي.

٦. ځکه چې د دواړو لورو له بې ځایه قضاوت مخنیوی کوي.

۷. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړه څېړه یوه اخلاقي خبره ده.

۸. ځکه چې واده د ټول عمر پرېکړه ده او باید پام ورته وشي.

۹. ځکه چې په ټولنه کې مو نجونې او هلکان نشي سره لیدی.

۱۰. ځکه چې څېړنه د واده له شرایطو څخه یو لوی شرط دی.

۱۱. ځکه چې ارواپوهان له څېړنو پرته واده کول سالم نه ګڼي.

۱۲. ځکه چې څېړنه پرېکړې او پایلې سمې او روغولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري د کورنۍ په اړوند څېړنه وکړو؟

١. ځکه چې په افغانستان کې کورنۍ پوره ونډه او اغېز لري.
٢. ځکه چې د کورنۍ پېژندل د نوماندې پېژندنه اسانه کوي.
٣. ځکه چې نجونې له کورنۍ سره اړیکې ډېرې خوښوي.
٤. ځکه چې د کورنیو ستونزې پیدا کولی او حل کولی شي.
٥. ځکه چې کورني دودونه او رواجونه ډېر توپیر سره لري.
٦. ځکه چې ښايي له پېژندنې پرته اړیکې د منلو وړ نه وي.
٧. ځکه چې دواړه لوري او کورنۍ یې هم غوښتونکي وي.
٨. ځکه چې کورنۍ تجربې لري او دا موړ سره مرسته کوي.
٩. ځکه چې د پېژندلو پر مهال یو بل ښه درک کولی هم شوو.
١٠.ځکه چې دا څېړنه او مالومات مو کار لا هم اسانولی شي.
١١.ځکه چې د روغ واده یو ښه معیار همدا څېړنه ګڼل کېږي.
١٢.ځکه چې زموږ په ټولنه کې د واده لومړنۍ او یوه اړتیا ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کوژده نجونې او هلکان يو بل يرغمل کوي؟

١. ځکه چې له کوژدې وړاندې يو بل ته غوړې وعدې ورکوي.
٢. ځکه چې په فکري خپلواکۍ باور نه لري او نه يې پلي کوي.
٣. ځکه چې نجلۍ او هلك د خصوصي حريم په مانا نه پوهيږي.
٤. ځکه چې ډېرو کورنيو خپل اولادونه په همدې بڼه روزلي دي.
٥. ځکه چې دواړه لوري د داسې انګېرنو له زيان سم نه وي خبر.
٦. ځکه چې نږدې ټول انسانان په خپله کچه يرغملول خوښوي.
٧. ځکه چې ښايي پخوا به هم په کوم يرغمل حالت کې پاتې وي.
٨. ځکه چې کله کله دواړه لوري د يوه او بل يرغمل ته اړ کېږي.
٩. ځکه چې ډېرځله يرغملول د بېلتون او فسخې لپاره بهانه وي.
١٠. ځکه چې ډېرځله کوژده شوي ځوانان بلوغ ته نه دي رسېدلي.
١١. ځکه چې ځيني کوژده شوي ځوانان د نارسيزم اختلالات لري.
١٢. ځکه چې له يوه او بل سره د سن لوی او فاحش توپيرونه لري.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کوژدې وړاندې روغتیايي ازمېښتونه وکړو؟

۱. ځکه چې ځيني طبي ناروغۍ يو بل ته ژر لېږدول کېږي.
۲. ځکه چې روغتیايي معاينې د واده له معيارونو څخه وي.
۳. ځکه چې روغتیايي معاينې مو له ساري ناروغيو خبروي.
٤. ځکه چې اولادونو ته مو د ناروغۍ له لېږد څخه خبروي.
۵. ځکه چې د ځينو ناروغو لېږد آن د مرګ لامل هم ګرځي.
٦. ځکه چې د اولاد لرلو او نه لرلو له راتلونکې مو خبروي.
۷. ځکه چې د ازمېښتونو پايلو ته په کتو به ښه پرېکړه وکړو.
۸. ځکه چې ښايي ځيني ناروغۍ له لېږد وړاندې وقايه کړو.
۹. ځکه چې له کوژدې وړاندې معاينې حیاتي ارزښت لري.
۱۰. ځکه چې ځيني ودونه آن د سرطان د ناروغۍ لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د يوې معلولې ټولنې له جوړېدو څخه مخه نيسي.
۱۲. ځکه چې ډېرى اروايي ګډوډۍ له جينونو سره اړيکه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن د بدلون هڅه ونه کړو؟

١. ځکه چې انسانان ځيني ځانګړنې لري چې هيڅکله نه بدليږي.
٢. ځکه چې د کوژدن د بدلون هڅه په کوژدن د نه بدلون نښه ده.
٣. ځکه چې په زور او زياتي سره بدلون بيرته له منځه تللی شي.
٤. ځکه چې نارينه او ښځينه توپيرونه لري او ښه هم پرې ښکاري.
٥. ځکه چې مقابل لوري ته بدلون ورکول ناسمې انګېرنې ډېروي.
٦. ځکه چې د مثبت کار لپاره بدلون بايد چې له موږ څخه پيل شي.
٧. ځکه چې ډېری نجونې او هلکان په دې کار سره ستړي کيږي.
٨. ځکه چې دا د دواړو لورو د اړيکو ترينګلتيا لا نوره هم ډېروي.
٩. ځکه چې بدلون ورکول د دواړو د اړيکو انډول له مينځه وړي.
١٠. ځکه چې د نجلۍ او هلک خپل مينځي مينې ته زيان رسوی شي.
١١. ځکه چې د ټولې نړۍ ښکلا د انسانانو په بدلونونو کې نغښتې ده.
١٢. ځکه چې د کينې، کرکې، ژور خپګان او اضطراب لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوې نجلۍ او هلک فیسبوکیان نه شي؟

١. ځکه چې د دواړو تر منځ مینه او مهرباني کمولی شي.
٢. ځکه چې د یو بل پېژندلو او درک ته وخت نه پیدا کوي.
٣. ځکه چې دواړه د یوبل پر وړاندې ځان بې ارزښته کوي.
٤. ځکه چې ښايي پر فیسبوک باندې د رورډتیا لامل وګرځي.
٥. ځکه چې د ژوند د سبک او تګلارې د بدلون لامل به شي.
٦. ځکه چې فیسبوک کارول مو پر خیالي انسان بدلولی شي.
٧. ځکه چې په دې سره به خپل اصلي کارونه ترې پاتې شي.
٨. ځکه چې د اندېښنې، ستړیا او بې باورۍ لامل به یې شي.
٩. ځکه چې له اړتیا ډېره فیسبوک کارونه حوصله کموي.
١٠. ځکه چې د بېلتون، واټن او کوژدې ماتېدلو لامل ګرځي.
١١. ځکه چې خپل مینځي اړیکو او درناوي ته زیان رسوي.
١٢. ځکه چې له انډول ښخه وتلې چارې ستونزې راټوکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک د خواخوږۍ په مهارت سمبال شي؟

۱. څکه چې ګډ ژوند د عمر یوه ارزښتناکه برخه بلل کېږي.
۲. څکه چې د زړه خواله له ارواییې روغتیا سره مرسته کوي.
۳. څکه چې په ګډ ژوند کې مینه، اخلاص او مهرباني ډېروي.
٤. څکه چې په دې سره به دواړه په خپلو کې همغږي وکړي.
٥. څکه چې څېړنې وایي د زړه خواله د عمر د ډېرېدو لامل ګرځي.
٦. څکه چې د دواړو تر مینځ د متقابل درناوي لامل کیدی شي.
٧. څکه چې له سؤتفاهم، خوا بدۍ او بېلتون څخه مخنیوی کوي.
٨. څکه چې له مقابل لوري سره یې ښه او ډېر ژر عادت کوي.
٩. څکه چې له اړیکو څخه وېره به مو ټوله له مینځه لاړه شي.
١٠. څکه چې پر یو بل باندې د لا ډېر او ښه باور لامل ګرځي.
١١. څکه چې د نجلۍ او هلك تر مینځ اړیکې ډېرې رغولی شي.
١٢. څکه چې د زړه خواله د انسانانو یوه لویه ارواییې اړتیا وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجلۍ او هلک بدني روغتیا ارزښت لري؟

۱. ځکه چې بدني روغتیا د سالم وادہ یو معیار دی.

۲. ځکه چې روغ انسان تر نورو ښه وده کوی شي.

۳. ځکه چې بدني ناروغۍ اروايي ستونزه پیدا کوي.

٤. ځکه چې ځیني ناروغۍ یو بل ته د لیږد وړ وي.

۵. ځکه چې ځیني بدني ناروغۍ د درملنې وړ نه دي.

٦. ځکه چې بدني روغتیا د جنسي روغتیا لامل ګرځي.

۷. ځکه چې ځیني ناروغۍ د واده په کولو ډېرېږي.

۸. ځکه چې ښايي ځیني ناروغۍ مو اولاد ته نقل شي.

۹. ځکه چې بدني ناروغۍ کورنۍ ستونزې راټوکوي.

۱۰. ځکه چې روغتیا د دواړو لورو هوساینه پیدا کوي.

۱۱. ځکه چې بدني ناروغۍ مو مقاومت راکمولی شي.

۱۲. ځکه چې له یو بل څخه مو ناهیلي کوي او ستړیا ډېروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په واده کې د نجلۍ او هلک نظر مهم وي؟

۱. ځکه چې یو اړخیزه پرېکړه د نجلۍ او هلک عقده پاروي.
۲. ځکه چې یو اړخیزه پرېکړه د اوسنیو شرایطو اړتیا نه ده.
۳. ځکه چې واده د نجلۍ او هلک یوه خصوصي پرېکړه وي.
٤. ځکه چې وروسته په خپله د ستونزو د حل مسوولیت اخلي.
۵. ځکه چې نجلۍ او هلک له یو بل سره مخالف او دښمنوي.
٦. ځکه چې ښايي نجلۍ او هلک کوم څوک په نظر کې ولري.
۷. ځکه چې د نظر غوښتل کاملاً یوه منطقي او علمي چاره ده.
۸. ځکه چې له دویم واده، طلاق او خیانت څخه مخنیوی کوي.
۹. ځکه چې له امله یې روغه او بریالي کورنۍ جوړېدی شي.
۱۰. ځکه چې روغې کورنۍ د اولادونو نظر ته درناوی کوي.
۱۱. ځکه چې د نجلۍ او هلک تر مینځ د درناوي لامل گرځي.
۱۲. ځکه چې راتلونکې له خیانت او تاوتریخوالي مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ستونزو د تېښتې په بهانه واده ته پناه يو نه سو؟

۱. ځکه چې هره ستونزه بايد په خپل وخت سره حل کړو.
۲. ځکه چې که واده وکړو محدوديتونه به مو نور ډېر شي.
۳. ځکه چې د ستونزو د درملنې لپاره واده د حل لار نه ده.
٤. ځکه چې د ستونزو نه لرل د واده کولو لوی معيار دی.
۵. ځکه چې ستونزه حل لارو ته اړتيا لري نه واده کولو ته.
٦. ځکه چې واده خپل ځانګړي معيارونه له ځانه سره لري.
۷. ځکه چې ستونزې لنډ مهاله او واده د ټول عمر خبره وي.
۸. ځکه چې داسې ودونه ستونزې لا نورې هم ډېرولی شي.
۹. ځکه چې واده د د ستوزو د حل مرکز او دارو نه وي.
۱۰. ځکه چې واده بايد احساساتي نه؛ بلکې په منطقي ډول وي.
۱۱. ځکه چې ډېری داسي ودونو پښېماني له ځان سره درلوده.
۱۲. ځکه چې په دې بنه ډېری پرېکړې روغې او سمې نه وي.
۱۳. ځکه چې ارواپوهان واده کول د ستونزو حل لاره نه ګڼي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د واده لپاره د نجلۍ او هلک بلوغ ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې بیا خپله عاطفه په سم ډول مدیریت کولی شي.
۲. ځکه چې خپل احساسات په روغ او سم ډول ویلی شي.
۳. ځکه چې بالغ انسانان بیا په اسانۍ ببنل او زغمل کېږي.
٤. ځکه چې له زغم، منلو، ټولنیزو اړیکو سره به اشنایي وي.
۵. ځکه چې د ماتې او ناکامۍ زغملو وړتیا به یې موندلې وي.
٦. ځکه چې له شاخوا کسانو سره به خپل اړیکې مدیریت کړي.
۷. ځکه چې نجلۍ او هلک به د تحمل حس پیدا او درک کړي.
۸. ځکه چې بلوغ ته رسېدل مو په ځان باور سره مرسته کوي.
۹. ځکه چې نجلۍ او هلک به د احساس وخت او ځای وپېژني.
۱۰. ځکه چې د مقابل لوري احساس به په سمه توګه تحلیل کړي.
۱۱. ځکه چې په اسانۍ به پرېکړه وکړي او ستونزه به حل کړي.
۱۲. ځکه چې بلوغ ته رسېدل د سالم واده لپاره لوی معیار وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجلۍ او هلک تر منځ انډول پیدا کړو؟

۱. ځکه چې په اړیکو کې زیاتی او کمی دواړو ته زیان رسوي.
۲. ځکه چې په اړیکو کې د انډول نه شتون مو تمې ډېروي شي.
۳. ځکه چې د ژوند د ملګري د بدلولو احساس به راته پیدا شي.
٤. ځکه چې پرته له دې ځیني کسان د بدلون په فکر کې لویږي.
۵. ځکه چې ټول نارینه او ښځینه یو له بل سره لوی توپیر لري.
٦. ځکه چې پرته له دې مو د ژوند انډول ورو له مینځه تللی شي.
۷. ځکه چې انډول او له روغو معیارونو سره واده نور هم رغیږي.
۸. ځکه چې په دې به پوه شو هر څه زموږ په زړه نشي کېدای.
۹. ځکه چې درک، متقابل درناوی او مهر او محبت به راکم شي.
۱۰. ځکه چې د انډول نشتون د ستړیا او لاسوهنو لامل کېدی شي.
۱۱. ځکه چې هرڅه چې ډېر او یا کم شي، ستونزې زیږولی شي.
۱۲. ځکه چې له بریالي انډول پرته به سمې ټاکنې ونه شو کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د اولادونو واده ته چمتو شي؟

١. ځکه چې که کورنۍ چمتو نه وي، وروسته ستونزې پیدا کېږي.
٢. ځکه چې ټول افغان ودونه د کورنۍ په اقتصاد پورې اړه لري.
٣. ځکه چې کېدای شي د کورنۍ کوم غړی به ښه نظر ونه لري.
٤. ځکه چې وروسته بیا د خپل اولاد له ګډ ژوند سره مخالفت کوي.
٥. ځکه چې زموږ د دود او کلتور له مخې خلک دې ته لېواله دي.
٦. ځکه چې په ډېری ټولنو کې ودونه د کورنیو مسوولیت دی.
٧. ځکه چې کله ناکله د کورنیو ناخوښي د طلاق لامل هم ګرځي.
٨. ځکه چې د کورنیو چمتو کېدل د هغوی د خوښۍ لامل ګرځي.
٩. ځکه چې ډېری افغان کورنۍ خپل مینځي جوړجاړی نه لري.
١٠. ځکه چې د کورنیو ټولنیز موقعیتونه له یوبل سره توپیر لري.
١١. ځکه چې که چمتو نه وي بیا به یې په ژوند کې لاسوهنې کیږي.
١٢. ځکه چې که چمتو نه شي د اولادونو عمر به یې ترې ډېر شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال په مقابل لوري، نه بلکې په ستونزو فکر وکړو؟

۱. ځکه چې د ستونزو پر ځای په ملامتول ستونزې نه حلوي.
۲. ځکه چې ګډ کورنی ژوند له اندېښنو پرته هم ناشونی وی.
۳. ځکه چې پر ستونزو فکر ستونزې حل کولوته برابرولي شي.
٤. ځکه چې په ستونزو نښتي خلک د حل مهارتونه نه زدکوي.
۵. ځکه چې په ستونزو فکر کول ګډ کورنی ژوند ژغورلی شي.
٦. ځکه چې په ستونزو فکر کول دواړو ته ښه احساس ورکوي.
۷. ځکه چې ستونزو ته پاملرنه د روغ ژوند یوه ځانګړنه وي.
۸. ځکه چې پرته له دې به ستونزمن او کوژده په واده نه شي.
۹. ځکه چې ښې جوړې په مقابل لوري نه په ستونزه فکر کوي.
۱۰. ځکه چې په دې سره خپل مینځي مینه او مهرباني زیاتوی شي.
۱۱. ځکه چې روغې کورنۍ په بانو نه، په ښه ژوند فکر کوي شي.
۱۲. ځکه چې په ستونزو فکر د جوړو له هوښ سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځينو نجونو ريبارۍ ته لږ خلک ورځي؟

۱. ځکه چې ځيني نجونې ناسم او ناروغ شرايط او معيارونه لري.
۲. ځکه چې ډېرى نجونې له نا سالمو معيارونو څخه نه تېرېږي.
۳. ځکه چې په دې اړوند يې په خپل وخت سمه پرېکړه نه ده کړې.
٤. ځکه چې نه پوهيږي هرڅه پوره غوښتل ياني تل پاتې مجردي.
۵. ځکه چې ښايي نجلۍ به دنده لري او خلك به يې نه خوښوي.
٦. ځکه چې ډېرى نجونې پر نفس اعتماد نه لري او ټولنېزې نه دي.
۷. ځکه چې نالوستې او د لوړو زده کړو نشتوالى يې لامل شوى دى.
۸. ځکه چې له نږدې ملګرو او روغو خلکو څخه مرسته نه غواړي.
۹. ځکه چې ډېرى نجونې خپلو جامو او ظاهري پاکۍ ته پام نه کوي.
۱۰. ځکه چې د نارينه وو د خوى او ځانګړنو په هکله مطالعه نه لري.
۱۱. ځکه چې هڅه نه کوي تر څو په ټولنه کې يو ښه انسان واوسي.
۱۲. ځکه چې د واده په اړه د مشورو په موخه ارواپوه ته نه ورځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې د هلکانو ریباري ونه کړي؟

١. ځکه چې ځان ته د درناوي کچه یې ټیټولی شي.
٢. ځکه چې دا زموږ د افغاني کلتور یو اصل دی.
٣. ځکه چې یو بل ته د درناوي کچه راکمولی شي.
٤. ځکه چې ښايي مېرمن يې ځان نورو نه کم وګڼي.
٥. ځکه چې مېرمن کمه راځي او نارينه درغلي کوي.
٦. ځکه چې داسې ریبارۍ د غوږ وهنو لامل ګرځي.
٧. ځکه چې د کورنيو د کلتور له مخې نه منل کېږي.
٨. ځکه چې د نجلۍ کورنۍ په دې کار سره کمه راځي.
٩. ځکه چې نجلۍ سره د لږې مينې لامل کېدی شي.
١٠. ځکه چې د نارينه له خوا ریباري د واده يو معيار دی.
١١. ځکه چې په راتلونکې کې به یې ژوند ستونزمن وي.
١٢. ځکه چې د اولادونو د ناوړه روزنې لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپلوانو تر مینځ په ودولو بندیز لګول کېږي؟

۱. ځکه چې د ښځو له مخې د ۲ سلنه سرطانونو لامل دی.
۲. ځکه چې د کورنیو ترمینځ د مینې د کمی لامل کېدی شي.
۳. ځکه چې خپلوان ډېر کم یو بل سره زغملی او منلی شي.
۴. ځکه چې مېرمن او خاوند له خوښۍ پرته همغږي کېږي.
۵. ځکه چې له ۵۰ سلنه ډېرې اروایي ګډوډۍ پیدا کولی شي.
۶. ځکه چې د خپلوۍ اړیکې مو توپیري چلند ډېرولی شي.
۷. ځکه چې ښایي کورنۍ له یوبل سره ضد او کینه پیدا کړي.
۸. ځکه چې ښځې وایي:((داسې ودونه ښه او ګټور نه وي)).
۹. ځکه چې په پرمختللو هېوادونو کې بدندیزونه پرې لږېدلي.
۱۰.ځکه چې ۲۵ سلنه د ماشومانو د سترګو ستونزې ډېروي.
۱۱.ځکه چې د ښځو له مخې جوړې یو بل سره وابسته کېږي.
۱۲.ځکه چې ډېرځله په داسې کورنیو کې تاوتریخوالی کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپلې احتمالي کوژدې په اړه چاته ونه وايو؟

۱. ځکه چې ښايي له ياد کس سره په کوژده بريالي نه شئ.
۲. ځکه چې د ريبارۍ ځيني غونډې بايد تر ډېره پټې وي.
۳. ځکه چې ښايي نورو ته د لاسوهنې موقع په لاس ورشي.
٤. ځکه چې د نوماندانو خواشيني او ذهني فشار لوړوی شي.
۵. ځکه چې که مو کوژده بريالۍ نه شي، خپګانونه پيدا کوي.
٦. ځکه چې دا کار ښايي سياليو ته زمينه برابره کړی شي.
۷. ځکه چې په دې کار سره د نجلۍ د کورنۍ تمې لوړوي.
۸. ځکه چې ښايي کوم څوک مداخله وکړي او خنډ وګرځي.
۹. ځکه چې که ريباري بريالۍ نه شي د خبرو لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې که څوک خبر نه کړو پايله به ښه او روغه وي.
۱۱. ځکه چې د خلکو خبرې د کورنيو د بيړې لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې خلک به مو په پوښتنو پوښتنو ډېر وځوروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجلۍ او هلک د ملګرو په اړه څېړنې وکړو؟

۱. څکه چې د ملګرو کړنې نېغ په نېغه په موږ اغېز کوي.
۲. څکه چې ډېرى ملګري زموږ په اروا پوره اغېز کوي.
۳. څکه چې له ملګرو څخه خپل احتمالي کوژدن پيژندى شو.
٤. څکه چې کېداى شي د کوژدن ملګري مو روږدتيا ولري.
۵. څکه چې ښايي د ژوند ملګرى مو له چا سره دښمن وي.
٦. څکه چې وګړي د کتاب او ملګرو له مخې پېژندل کېږي.
۷. څکه چې د واده لپاره يو لوى معيار له دوستانو څېړنه ده.
۸. څکه چې مرسته کوي تر څو خپل کوژدن ښه درک کړى شو.
۹. څکه چې په دې سره يې له دندې او زده کړو څخه خبرېږو.
۱۰. څکه چې د ژوند د ملګري په علايقو مو ښه پوه کولى شي.
۱۱. څکه چې په دې کار سره کولى شوو ستونزې کنټرل کړو.
۱۲. څکه چې د څېړنو له مخې ښې او سمې پرېکړې کوى شو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې هر څه د نکاح په پاڼه کې ولیکو؟

۱. څکه چې د نکاح پاڼه یوازینی رسمي سند او منطق دی.
۲. څکه چې دا چاره ځان ته د ارزښت ورکولو لامل گرځي.
۳. څکه چې په دې به د دواړو لورو ژمنتیا ډېره ټینگه شي.
٤. څکه چې دا پاڼه د نجلۍ او هلک لپاره ډېره ارزښتناکه ده.
٥. څکه چې د دواړو لورو راتلونکې همدا یوه پاڼه ټاکلی شي.
٦. څکه چې راتلونکې له تاوتریخوالو څخه مخنیوی کوی شي.
۷. څکه چې که هر څه و نه لیکو له ستونزو سره مخ کېږو.
۸. څکه چې د جوړو اروایي او عاطفي روغتیا تضمینوی شي.
۹. څکه چې شرطونه یې دواړو لورو پخوا منلي او پلي کړي.
۱۰. څکه چې وروسته له واده به ناخوالې او ستونزې کمې کړي.
۱۱. څکه چې محاکم د نکاح د پاڼې له مخې فیصلې کولی شي.
۱۲. څکه چې د نکاح پاڼه د سالم او قانوني واده یو شرط دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پټ رازونه یوازې ارواپوه ته ووايو؟

۱. ځکه چې ارواپوه په مهارت سره مسلکي چلند کوي.
۲. ځکه چې مرسته کوي ښه، سمه او بریالۍ تاکنه وکړو.
۳. ځکه چې اروا پوه د مقابل لوري د پېژندو مرسته کوي.
٤. ځکه چې زموږ ډېرې پرېکړې احساسي وي، نه منطقي.
٥. ځکه چې نننۍ نړۍ پېچلې او د خلکو اړیکې توپیر کوي.
٦. ځکه چې اروا پوه له مسلکي ټېسټونو او روشونه کاروي.
۷. ځکه چې ستاسو د راتلونکي ژوند وړاندوینه درته کوي.
۸. ځکه چې اروا پوهان له علمي تجربې لارو نه ګټه اخلي.
۹. ځکه چې اروا پوهان د دواړو لورو اړتیاوې درک کوي.
۱۰. ځکه چې د اوسني او پخواني انسان ستونزه توپیر کوي.
۱۱. ځکه چې ښايي بل څوک په ناسمه توګه ګټه ترې واخلي.
۱۲. ځکه چې ښايي رازونه مو تیت او ژوند مو تریخ شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک همغږي او يو بل ومني؟

۱. ځکه چې د اړيکو بنسټ هم بايد د يو بل منل وي.
۲. ځکه چې له همغږۍ پرته بريالی ژوند سخت وی.
۳. ځکه چې د دواړو لورو تر مينځ مينه ډېرولی شي.
٤. ځکه چې همغږي مو د ګډو اړيکو بنسټ جوړوي.
۵. ځکه چې په راتلونکي ژوند مثبت اغېز کولی شي.
٦. ځکه چې د اولادونو روزنه يې په روغه کولی شي.
۷. ځکه چې دواړو لورو ته اروايي روغتيا ورکوي.
۸. ځکه چې په اړيکو کې د خيانتونو مخه نيولی شي.
۹. ځکه چې په خپل مينځي باور کې يې مرسته کوي.
۱۰. ځکه چې له همغږۍ پرته د هوسا ژوند شونتيا نشته.
۱۱. ځکه چې پرته له دې به مو ګډ ژوند روغ نه وي.
۱۲. ځکه چې که وي د دواړو خپل مينځي مينه ډېروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک خپل مینځي انډول ته پام وکړي؟

۱. ځکه چې په ژوند کې د نظم او مثبتو اصولو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې انډول ساتل د دواړو لورو د ودې لامل ګرځي.
۳. ځکه چې د نجلۍ او هلک مینه، محبت او مهرباني ډېروي.
٤. ځکه چې په دوه اړخیزو اړیکو کې د آزاد عمل کولی شي.
۵. ځکه چې د راتلونکي لپاره به ښه پروګرامونه جوړ کړي.
٦. ځکه چې د نجلۍ او هلک بې ځایه غوښتنې به کمې کړي.
۷. ځکه چې دواړه هڅوي تر څو یوبل ته پوره درناوی وکړي.
۸. ځکه چې خپل ټول لومړیتوبونه به په هوسا تر لاسته کړي.
۹. ځکه چې د بې ځایه خپګانونو او خواشینیو مخه نیولی شي.
۱۰. ځکه چې نجلۍ او هلک له اروایي روغتیا څخه برخمن کوي.
۱۱. ځکه چې دواړه لوري به د امن او هوساینې احساس وکړي.
۱۲. ځکه چې اروابوه په هره ستونزه کې د انډول وړاندیز کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نجونو لپاره واده کول د ژوند یو اصل ګڼل کېږي؟

١. ځکه چې نجونې له ماشومتوبه په همدا ډول روزل شوې دي.
٢. ځکه چې د نجونو لپاره یوازې اوسېدل ګران او ناشوني دي.
٣. ځکه چې میندې یې تل له کورنۍ سره تړلې او عادت کېږي.
٤. ځکه چې زموږ د ټولنې نجونې په ځان بسیا نه روزل کېږي.
٥. ځکه چې مېرمنې ذاتاً ځان په نارینه پورې تړلې بولي او ګڼي.
٦. ځکه چې د واده کولو یو ښکاره دلیل جنسي اړتیا ګڼل کېږي.
٧. ځکه چې ډېری ښځې نظر نارینه ته له مجردۍ ډېر ځوریږي.
٨. ځکه چې که واده ونه کړي د ټولنې تر پوښتنې لاندې راځي.
٩. ځکه چې مېرمنې ډېرځله د کورنۍ لرلو په موخه واده کوي.
١٠.ځکه چې نجونې د پیژنګلوۍ له مخې د واده په اړه پوهیږي.
١١.ځکه چې ډېری مېرمنې واده د ژوندانه یوه مهمه اړتیا ګڼي.
١٢.ځکه چې ډېری نجونې د خپلو همځولو په وسیله هڅول کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجونې له واده وړاندې په جنسي اړیکو فکرونه نه کړي؟

١. ځکه چې زموږ په ټولنه کې نجونې همداسې روزل کېږي.
٢. ځکه چې ډېری نجونې له جنسي اړیکو سره حساسیت لري.
٣. ځکه چې ښځو ته د جنسي اړیکو په اړوند فکر سخت وي.
٤. ځکه چې ډېری نجونې دا چاره له کورنۍ څخه زده کوي.
٥. ځکه چې د جنسي اړیکو په اړه روغ او ښه فکر نه کوي.
٦. ځکه چې ښځو دا اړتیاوې او تر پښو لاندې کول زده کړي.
٧. ځکه چې ښځو ته په دې اړوند خبرې کول شرم ښکارېږي.
٨. ځکه چې ښځو ته یې کورنیو سم مالومات نه دي ورکړي.
٩. ځکه چې جنسي اړیکې یوازې په نارینه پورې اړوند ګڼي.
١٠. ځکه چې ښځې لا هم نه پوهېږي، چې جنسي اړتیاوې لري.
١١. ځکه چې نه پوهېږي دا په ژوند کې عادي او طبیعي خبره ده.
١٢. ځکه چې نجونې له واده وړاندې ډېرې ورته چمتو نه وي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه له واده وړاندې جنسي اړيکې لري؟

۱. ځکه چې د نارينه وو جنسي اړيکې ډېرې جدي نه نيول کېږي.
۲. ځکه چې ډېری نارينه له ۳۰ کلنۍ وړاندې د واده فکر نه کوي.
۳. ځکه چې نارينه د ملګرو له لوري بې لاريو ته هڅول کېږي.
٤. ځکه چې د نارينه وو پخوانۍ جنسي اړيکې جدي نه ګڼل کېږي.
۵. ځکه چې نه پوهېږي چې دا کار يې د جنسي ګډوډۍ لامل ګرځي.
٦. ځکه چې کورنۍ د زامنو جنسي اړيکو ته پوره پاملرنه نه کوي.
۷. ځکه چې نجونو ته د نارينه لومړۍ جنسي اړيکه مهمه نه وي.
۸. ځکه چې ډېری نارينه په خپلو پخوانيو جنسي اړيکو وياړي.
۹. ځکه چې زموږ په ټولنه کې ډېری ښځو دا کړنه عادي منلې.
۱۰. ځکه چې نارينه يې د علاقې نه، بلکې د روږدتيا له مخې کوي.
۱۱. ځکه چې نارينه فکر کوي دا اړتيا د کنټرول او خنډ وړه نه ده.
۱۲. ځکه چې نارينه په دې برخه کې تجربې او بدلون ته لېواله وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې لونې له میندو او زامن له پلرونو سره ورته والی پیدا کوي؟

۱. ځکه چې نجونې له ماشومتوبه ټول ژوند له مور نه زده کوي.

۲. ځکه چې ډېری زامن غواړي د پلار په څېر او بڼه واوسي.

۳. ځکه چې نجونې فکر کوي میندې هېڅکله هم تېروتنه نه کوي.

٤. ځکه چې د لیدنو له مخې زامن ډېرځله پلرونو ته ورته کېږي.

۵. ځکه چې نجونې خپل ډېر وخت له خپلو میندو سره تېروي.

٦. ځکه چې نجونې ډېر په خپلو میندو تړلې او عادت شوې وي.

۷. ځکه چې د افغانستان ټولنیز جوړښته په همدې بڼه جوړ دی.

۸. ځکه چې هلکانو ته د خپل پلار په څېر کېدل نارینتوب ښکاري.

۹. ځکه چې نه پوهېږي د پلار پر څېر نه باید د ځان په څېر اوسي.

۱۰. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري د مور او پلار په څېر چلند خوښوي.

۱۱. ځکه چې واده د مور یا پلار په څېر کېدل نه، بلکې ملګرتیا ده.

۱۲. ځکه چې کورنۍ د اولاد د ځان پېژندنې مسلې ته پام نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په واده کې ناسم دودونه اوس هم رواج لري؟

۱. ځکه چې ډېری افغان کورنۍ اقتصادي ستونزې لري.
۲. ځکه چې ځيني فکر کوي ګڼې واده ته ارزښت ورکوي.
۳. ځکه چې زموږ په ټولنه کې په يوه دود بدل شوی دی.
٤. ځکه چې له منفي پايلو څخه يې پوره خبرتيا نه لرو.
۵. ځکه چې نه پوهېږي يو زوړ او بېځي ناسم رواج دی.
٦. ځکه چې نه پوهېږي په ګډ ژوند کې ستونزې راټوکوي.
۷. ځکه چې کورنۍ نه پوهيږي لونې يې له دې ځوريږي.
۸. ځکه چې کورنيو په دې برخه کې هېڅ هم نه دي کړي.
۹. ځکه چې يا ځانګړي قوانين نشته او يا نه عملي کېږي.
۱۰. ځکه چې ډېری نه پوهيږي دا د بې باورۍ لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې يو دود ګرځېدلی او له علمي لارې يې نه حلوو.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو په ډېره اسانۍ سره يې حلولی شو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې معلولیت او محرومیت د تلپاتې مجردۍ لامل ګرځي؟

۱. ځکه چې دا ستونزې د یادو کسانو پر ځان باور ټیټوي.
۲. ځکه چې کېدای شي روغې جنسي اړیکې نه شي ساتلی.
۳. ځکه چې ښایي محرومیت یې له واده زړه توري کړي.
٤. ځکه چې ښایي سترس او خپګان ورته پیدا شوی وي.
۵. ځکه چې کېدای شي د واده لګښتونه پوره نه شي کړلی.
٦. ځکه چې ښایي معلولیت یا محرومیت یې شدید شوی وي.
۷. ځکه چې نه پوهیږي؛ چې له خپل ساري سره باید واده وکړي.
۸. ځکه چې د خپل محرومیت د حل لپاره مراجعه نه کوي.
۹. ځکه چې د خپلو ستونزو د حل لپاره عملي لټه نه کوي.
۱۰. ځکه چې ډېری د خپلو مهارتونو لوړلو ته پام نه کوي.
۱۱. ځکه چې ځینو سره یې کورنۍ مینه او مرسته نه کوي.
۱۲. ځکه چې دا نه زده کوي چې حسادت نه حرکت وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل کوژدن د غوښتنو نوملړ لیست جوړ کړو؟

۱. څکه چې مرسته کوي خپل کوژدن لا نور هم درک کړي.

۲. څکه چې د مقابل لوري څیني غوښتنې راڅخه هېر کړي.

۳. څکه چې د ډېرې ستونزو په مخنیوی کې مرسته کوي شي.

٤. څکه چې په نوملړ لیست کولو به په ډېرو شیانو باندې پوه شو.

۵. څکه چې په نوملړ لیست کولو به یې پر غوښتنو ښه سم پوه شو.

٦. څکه چې ښایي څیني یې له غوښتنو سره په ټکر کې وي.

۷. څکه چې په ناخبرۍ سره به بیا مینه ورسره ونشو کولی.

۸. څکه چې په دې کار سره به یې په ډېرې رازونو پوه شوو.

۹. څکه چې په دې سره مو د کوژدن له باورونو سره بلدېږو.

۱۰. څکه چې ژوند په همدې نوملړ لیست او یادښتونو ښکلی کېږي.

۱۱. څکه چې د لیستونو لیکل به د ډېرې تېروتنو مخنیوی وکړي.

۱۲. څکه چې د ډېرو بې ځایه بحثونو او بې باوریو مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژده شوې جوړې د يو بل پر وړاندې تاوتريخوالی کوي؟

۱. ځکه چې په هر اړخيز ډول يوبل نه پېژني.
۲. ځکه چې فردي توپيرونو ته پاملرنه نه کوي.
۳. ځکه چې د ستونزو پر وړاندې نه دريږي.
٤. ځکه چې د يوبل نظر زغمل ورته سخت دي.
٥. ځکه چې د غوصې د مديريت مهارت نه لري.
٦. ځکه چې دواړه لوري يو بل ته غوږ نه نيسي.
۷. ځکه چې شخصي حريم ته درناوی نه کوي.
۸. ځکه چې دواړه لوري يوبل سره پرتله کوي.
۹. ځکه چې ورې ستونزې ځان ته ډېرې لويوي.
۱۰. ځکه چې د اړيکو مهارتونه يې سست دي.
۱۱. ځکه چې يو بل ته توهين او سپکاوی کوي.
۱۲. ځکه چې په ستونزو نه په کوژدن فکر کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ له کلتور سره سم د نجلۍ لپاره مهر وټاکل شي؟

۱. ځکه چې د دین او قانون له مخې د نجونو مسلم حق دی.
۲. ځکه چې مهر د ژوند پیلولو لپاره یوه ښه ډالۍ کېدای شي.
۳. ځکه چې په راتلونکي کې مېرمنو ته ښه مالي سرچینه ده.
٤. ځکه چې له امله به یې نجلۍ له مالي اړخه پرې وتړل شي.
۵. ځکه چې له شرعي اړخه په ګډ ژوند کې د نکاح رکن دی.
٦. ځکه چې مهر د ګډ ژوند ملګرو ته مسوولیت منل ورښیي.
۷. ځکه چې مهر د مېرمنو ارزښتمندتیا له ورایه په ډاګه کوي.
۸. ځکه چې نارینه ته د مېرمنې پر وړاندې مسوولیت ور کوي.
۹. ځکه چې مهر د مېرمنو لپاره ښه ټولنیز ملاتړ ګڼل کېږي.
۱۰.ځکه چې کمه برخه او لږ مهر واده ته پوره ارزښت وربښي.
۱۱.ځکه چې مهر د واده د رسمي کولو ښه ځان ته غوره کوي.
۱۲.ځکه چې مېرمنه د قربانۍ حس نه؛ د هوساینې فکر کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کوژدې وړاندې نجلۍ او هلک يوبل ووينې؟

١. ځکه چې يو بل به په ښه او په سمه توګه وپېژندی شي.
٢. ځکه چې بل پړاو به د ستونزو له پيدا کيدو مخه ونيسي.
٣. ځکه چې لامل کېږي ځوانان په واده کولو ټينګار وکړي.
٤. ځکه چې درک او اړيکو ته پياوړی او مينه ناک کوي.
٥. ځکه چې د يوبل په کميو باندې پوهيږي او حل کوی يې.
٦. ځکه چې د ژوند د ملګري پر وړاندې انګېرنې سموي.
٧. ځکه چې زموږ د ځينو پوښتنو د حل کېدو لامل ګرځي.
٨. ځکه چې د نورو څېړو لپاره يو ښه پيل هم کېدای شي.
٩. ځکه چې د يو او بل له لومړيتوبونو څخه پوره خبريږي.
١٠. ځکه چې د يو او بل له راتلونکو پروګرامونو سره بلديږي.
١١. ځکه چې د يوبل له محدوديت او ارزښتونو سره بلديږي.
١٢. ځکه چې له ارواييي اړخه يوبل ته ډېر نږدې کېدی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې په بهیر کې یو بل ته ویډیو او انځورونه ونه لېږو؟

۱. ځکه چې د تلپاتې همغږۍ په نشتوالي کې ستونزې راټوکوي.
۲. ځکه چې که نوماندي له منځه لاړه شي، مقابل لوری زیانمنوي.
۳. ځکه چې لامل کېږي کورنۍ د یو بل پر وړاندې بې باوره شي.
٤. ځکه چې د جنګ او شخړو پر مهال د تهدید لامل هم کیدی شي.
۵. ځکه چې د نوماندۍ مهال د ویډیو او انځور لېږلو وخت نه دی.
٦. ځکه چې د دواړو لورو تر مینځ د وابستګۍ لامل هم کیدی شي.
۷. ځکه چې کېدای شي مبایل مو ورک او د خلکو لاس ته ورشي.
۸. ځکه چې ډېر وخت به مو په دې اندېښنو او ناندریو اړولی شي.
۹. ځکه چې منطقي کړه نه ده او د یوبل پېژندلو مخنیوی کوی شي.
۱۰. ځکه چې ښایي یو لوری به کوم وخت ناسمه ګټه ترې واخلي.
۱۱. ځکه چې ټولنیز او جنسي اړیکې به مو وران او ویجاړ کړي.
۱۲. ځکه چې روغ او ښه محدودیتونه مو ډېر ژر له مینځه ویسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوې جوړې د کور او خولې په اړوند یو بل وپوښتي؟

١. ځکه چې د کورنیو اړیکو د خوند او غځېدو لامل ګرځي.
٢. ځکه چې د کور په جوړېدو او ښو کېدو کې مرسته کوي.
٣. ځکه چې د یوبل له لېوالتیا خبرېږي او سمه پرېکړه کوي.
٤. ځکه چې د دواړو لورو اندونه به یوبل سره ونښلول شي.
٥. ځکه چې تر مینځ یې د زغم او نظر غوښتلو روحیه کوي.
٦. ځکه چې د دواړو لورو تر مینځ یوبل منلو ته وده ورکوي.
٧. ځکه چې بیا به یې ژوند، کور او نورې چارې سمې شي.
٨. ځکه چې د پرېکړو پر مهال دواړه لوري ارزښتمند کوي.
٩. ځکه چې وروسته له دې به هرڅه د یوبل په مرسته کوي.
١٠. ځکه چې له یوبل سره یې جوړول اړین دي نه د یوبل لپار.
١١. ځکه چې په ګډه باید پرېکړې وکړو نه د پیروۍ له مخې.
١٢. ځکه چې د ستونزو د رامینځ ته کېدو احتمال لږ او سستوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوښښ وکړو چې د کوژدې موده اوږده نه کړو؟

۱. ځکه چې که اوږده شي اړیکې به مو تت او خړپړ کړي.

۲. ځکه چې دواړه لوري له اړیکو لرې او زړه توري کوي.

۳. ځکه چې د دواړو لورو احساسات تر پښو لاندې کېږي.

٤. ځکه چې په دې پړاو کې پېژندنه لوړه او پوره کېږي.

۵. ځکه چې شکونه به ورځ په ورځ د ډېرېدو خواته ځي.

٦. ځکه چې واده کولو ته د دواړو لورو لېوالتیا کمولی شي.

۷. ځکه چې ښايي د دوی واده په بیا بیا ځلې وځنډول شي.

۸. ځکه چې اړیکې د بېلارۍ او جنسي کېدو په لور بيايي.

۹. ځکه چې پېژندنه کې مو تېروتنې ډېروي او لويوی شي.

۱۰. ځکه چې د دواړو لورو محدودیتونه بې کچې کولی شي.

۱۱. ځکه چې هلك ته به بې ساري مالي زيانونه ور اړوي.

۱۲. ځکه چې شرطونه به سخت او غوښتنې به لا ډېرې شي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال نجلۍ او هلک يو بل ته شيان وپېري؟

١. ځکه چې د يو بل له ذوق، خوښې او لېوالتياوو نه خبرېږي.
٢. ځکه چې يو بل ښه پېژني او د يو بل بخيلي درک کولی شي.
٣. ځکه چې د يو بل له علاقې او غوښتنو سره پوره بلدی شي.
٤. ځکه چې پېرودل په خپله يو ډول خوښي او تفريح ګڼل کېږي.
٥. ځکه چې د نوماندۍ پړاو دواړو لورو ته ښه خاطره جوړوي.
٦. ځکه چې د يو بل د لومړيتوبونو په هکله مالومات پيدا کوي.
٧. ځکه چې په دې کار سره يې له يو بل سره ملګرتيا پخېږي.
٨. ځکه چې دواړه لوري خپلې وړتياوې ډېرې ښې پېژندی شي.
٩. ځکه چې د يو بل له راتلونکو پلانونو څخه هم پوره خبرېږي.
١٠.ځکه چې د دواړو لورو تر مينځ يو بل په ښه ډول منل کېږي.
١١.ځکه چې د يو بل له شخصي غوښتنو سره هم ښه بلدېدی شي.
١٢.ځکه چې د عصري او اغېزناکو اړيکو د غزېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې پر مهال کله کله بهر رستورانټ کې خواړه وخورو؟

۱. ځکه چې د یوځای او ګډ ژوند چارې په عملي ډول زده کوي.
۲. ځکه چې د ګډ ژوند په هکله به له یو بل سره خبرې وکړي.
۳. ځکه چې د لا ډېرو خبرو لپاره یو ښه فرصت او موقع وي.
٤. ځکه چې د غوښتنو او احساس څرګندولو لپاره ښه موقع وي.
۵. ځکه چې د ښه احساس هورمون (اکسیتوسین) ترشح کوی شي.
٦. ځکه چې د مقابل لوري ارزښتونه او باورونه ښه پېژندلی شي.
۷. ځکه چې د دواړو لورو تر مینځ به مثبت احساسات راوټوکوي.
۸. ځکه چې له یو بل سره به یې علاقه او مینه ډېره او ښه شي.
۹. ځکه چې یو بل ته به د ډېر ارزښت او درناوي لامل وګرځي.
۱۰. ځکه چې د یو بل له شوق او علاقو سره نور هم بلدېدلی شي.
۱۱. ځکه چې د یو بل په اړوند د فکر کولو پوره موقع برابروی شي.
۱۲. ځکه چې ښایي ترمینځ یې مینه، محبت او درناوی ډېر هم شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نجلۍ او هلک یو بل لږ درک کوي؟

۱. ځکه چې په کافي اندازه يې يو بل نه دي پېژندلي.
۲. ځکه چې ډېر ځله خپل احساسات يو بل ته نه وايي.
۳. ځکه چې ښايي له يو بل څخه ډېرې غوښتنې ولري.
٤. ځکه چې ډېری نوماندان نه ښه ويني او نه ښه اوري.
۵. ځکه چې د راتلونکي لپاره ښه پلانونه نه سره لري.
٦. ځکه چې ډېر ځله د يو بل به خوښه پرېکړې نه کوي.
۷. ځکه چې يو بل ته ارزښت او درناوی نشي ساتلی.
۸. ځکه چې ښايي کوژده د دودونو له مخې شوې وي.
۹. ځکه چې له وړاندې لا د يو بل په اړوند نه پوهېدل.
۱۰. ځکه چې نه غواړي اړيکې يې تر واده ورسيږي
۱۱. ځکه چې کورنۍ يې د همغږۍ پرځای لاسوهنې کوي.
۱۲. ځکه چې تل د يو بل چلند او کړنې ناسمې تعبيروي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل کوژدن سره جوړ نه راځو؟

١. ځکه چې له کوژدې نه وړاندې مو يو بل سم نه دي پېژندلي.
٢. ځکه چې له نوماندۍ وړاندې نه اوس په کوژدن نيوکې کوو.
٣. ځکه چې مور دواړه د غوصې د مديريت په لارو نه پوهېږو.
٤. ځکه چې له کوژدن سره مو خپل مينځي اړيکې روغې نه دي.
٥. ځکه چې نه پوهېږو جوړجاړی څه شی دی او ولې يې وکړو.
٦. ځکه چې په اړيکو کې د ناسمو پوهېدنو په اړه خبرنه نه کوو.
٧. ځکه چې نه غواړو جوړجاړی وکړو، فکر کوو نه يې شو کولی.
٨. ځکه چې له پخوا آن د ځوانۍ له مهاله ځيني منفي عادتونه لرو.
٩. ځکه چې کېدای شي ناخبره مو ذهن په بل ځای کې بوخت وي.
١٠. ځکه چې ښايي په نورو اړيکو کې ښکېل اوسو او ونه پوهېږو.
١١. ځکه چې شخصيت مو له مقابل لوري سره سمون نه خوري.
١٢. ځکه چې د کورنۍ له لوري مو پوره مينه او محبت نه دی ليدلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژده شوې جوړې جنسي انګېزه او تمه وله کړي؟

۱. ځکه چې نوماندي د جنسي اړیکو لپاره نه د پېژنګلوی پړاو دی.
۲. ځکه چې جنسي اړیکې مینه ودې ته نه پرېږدي او دروی یې شي.
۳. ځکه چې مقابل لوري باید پوه شي چې نوماندي څه حدود لري.
٤. ځکه چې له کوژدن سره مو ښه نه یو او په جنسی اړیکو فکر کوو.
۵. ځکه چې خپل مینځي اړیکې ناسم انګېرلی او قضاوت کولی شي.
٦. ځکه چې په نوماندۍ کې سم او ګټور جنسي اړیکې نه شوو ساتلی.
۷. ځکه چې په دې سره یې غوښتنې ډېرې او نا معقوله کوی شوو.
۸. ځکه چې تل مو یو بل کنټرول کړي او خپله یې د پارونې لامل یو.
۹. ځکه چې ښايي کوژدن مو نور د خلاقیت او نوښت حس ونه لري.
۱۰. ځکه چې مقابل لوری مو د جنسي اړیکو په اړوند لږ مالومات لري.
۱۱. ځکه چې له واده وړاندې جنسي اړیکې د واده مخه ډب کولی شي.
۱۲. ځکه چې ښايي په جنسي بېلاریو اخته او جنسی ستونزې پیدا شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله ناکله هېڅ جنسي انګېزه نه لرو؟

١. ځکه چې د خپلو جنسي اړیکو په اړوند پوره خبر نه یو.
٢. ځکه چې د خپلو جنسي اړیکو او ګډوډیو ارزونه نه کوو.
٣. ځکه چې کله کله مو په جنسي اړتیاوو ټینګار نه وي کړی.
٤. ځکه چې ښايي په جنسي بېلاریو اخته یو، خو نه یو پرې خبر.
٥. ځکه چې جنسي اړیکې مو لا تر اوسه لومړیتوب نه دي.
٦. ځکه چې نه پوهېږو ښايي جنسي ضعف یا بې میله واوسو.
٧. ځکه چې احساس کوو مقابل لوری پر موږ جنسي تېری کوي.
٨. ځکه چې د جنسي اړیکو په برخه کې ناسم روزل شوي یو.
٩. ځکه چې فکر کوو په تولیز ډول جنسي اړیکې ښه کار نه دی.
١٠. ځکه چې له جنسي اړخه بندیان یو او بېخي لرې شوي یو.
١١. ځکه چې ښايي له وړاندې مو کوم جنسي ځورونه لیدلې وي.
١٢. ځکه چې ښايي نوماندي مو د تړا (وابستګی) پر بنسټ وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې اخلاقي پرېکړې نه شو کولی؟

۱. ځکه چې فردي او کورنۍ هوساینه مو له لاسه ورکړې.
۲. ځکه چې کوژدن سره مو نه همغږي هره ورځ ډېرېږي.
۳. ځکه چې خپل پیاوړي او د ضعیف ټکي مو سم نه پېژنو.
٤. ځکه چې د غوصې مهارولو پر لاروچارو هم نه پوهېږو.
۵. ځکه چې نه پوهېږو نورو سره د چلند لاره توپیر کوي.
٦. ځکه چې پر ځان باور مو لږ او کله ناکله خو لا ډارېږو.
۷. ځکه چې له کچې ډېر مرستندویه او احساسي شوي یو.
۸. ځکه چې ډېرځله د منطق پر ځای عاطفي چلند ته مخه کو.
۹. ځکه چې تل راته ډالۍ اخیستل شوه نو دمګړی تمې کوو.
۱۰.ځکه چې ښایي ځان کم، حقیر او بې ارزښته احساس کوو.
۱۱.ځکه چې ځان شړلی احساسوو او اخلاقي چلند نه شو کوی.
۱۲.ځکه چې په بېړه پرېکړې کوو او اخلاق را څه هېر شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې په پړاو کې مسوولیت منونکي نه یو؟

۱. ځکه چې کېدای شي د مقابل لوري خبرې په سم ډول نه اورو.

۲. ځکه چې له دیني او عقیدوي اړخه له کوژدن سره یوشان نه یو.

۳. ځکه چې نه شو کولی جنسي توپیرونو ته پوره درناوی وکړو.

٤. ځکه چې نوماندي مو د مینې نه، بلکې د وابستګۍ پر بنسټ وه.

۵. ځکه چې نه پوهېدو له واده څخه د مقابل لوري موخه څه وه.

٦. ځکه چې ښايي اروايي ناانډولي (اروايي ناروغه چلند) ولرو.

۷. ځکه چې مقابل لوری مو نه خوښېږي او خپله مسوولیت نه منو.

۸. ځکه چې ښايي نوماندي به مو په یو اړخیزه او سرسري بڼه وه.

۹. ځکه چې د بدلون منلو حس مو ټیټ او پوره مالومات نه لرو.

۱۰. ځکه چې د همغږۍ او جوړجاړي حس مو کمزوری شوی دی.

۱۱. ځکه چې په ځان مین یو، ځان لوړ ګڼو او مسولیت نه احساسوو.

۱۲. ځکه چې نه پوهېږو مسوولیت منل د ګډ ژوند یو اصل ګڼل کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځیني کوژده شوې جوړې خپلواکه نه وي؟

۱. ځکه چې کېدای شي پر ځان باور به يې تيټ وي.
۲. ځکه چې په يوه زورواکې کورنۍ کې لوی شوي.
۳. ځکه چې له مقابل لوري سره ښه اړيکې نه لري.
٤. ځکه چې ښايي تراوسه بلوغ ته نه وي رسېدلي.
۵. ځکه چې د واده قانوني عمر يې نه دی پوره کړی.
٦. ځکه چې کورنيو يې تړلي (وابسته) روزلي دي.
۷. ځکه چې له ټولنيز اړخه يې پوره وده نه ده کړې.
۸. ځکه چې کورنۍ ورځخه له کچې ډېره پيروي کوي.
۹. ځکه چې ښايي خپل ځان له نورو کم احساس کړي.
۱۰. ځکه چې له رټل کېدو وېرېږي او اضطراب لري.
۱۱. ځکه چې د ژوند په اړوند مطالعه او مالومات نه لري.
۱۲. ځکه چې مور او پلار يې د ده چارې په خپله غاړه اخلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني كوژده شوې جوړې له نارينه يا مېرمنې څخه كركه لري؟

۱. ځكه چې ښايي د هورمونونو په ترشح كې يې ستونزه وي.
۲. ځكه چې د تستوسترون هورمون ترشح په كې ډېره شوې.
۳. ځكه چې ښايي د كوژدن دنده مو د هغه د جنسيت خلاف وي.
٤. ځكه چې كېداى شي ياده كركه يې له كورنۍ نه زده كړې وي.
۵. ځكه چې ښايي د مقابل لوري مور او پلار حسود او كركجن وي.
٦. ځكه چې د مقابل لوري كورنۍ له نارينه يا ښځينه كركه ولري.
۷. ځكه چې ښايي كومه پخوانۍ بده خاطره به په ذهن كې ولري.
۸. ځكه چې له نارينه او يا ښځو څخه د كركې ښوونه ورته شوې.
۹. ځكه چې د مخالف جنس له لوري ورڅخه كركه او نفرت شوى.
۱۰. ځكه چې پخوا يې كركه كړې ده، خو چا يې مخه نه ده نيولې.
۱۱. ځكه چې ښايي مقابل لورى مو كنټرولې، او محدود وي.
۱۲. ځكه چې پر ځان باور يې ټيټ او هرڅه په كركې سره ځوابوي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کوژده شوې جوړې ماشومانه چلند کوي؟

١. ځکه چې ښايي پوره عاطفي بلوغ ته نه وي رسېدلي.
٢. ځکه چې ښايي له خپل ماشومتوبه بده خاطره ولري.
٣. ځکه چې د ماشومانو کړنې د خوښۍ احساس ورکوي.
٤. ځکه چې غواړي له خپلو ماشومانه کړنو خوند واخلي.
٥. ځکه چې په لوينه کولو باندې به کومه بده خاطره ولري.
٦. ځکه چې ښايي کورنۍ به يې ماشومانه يا هستوي وي.
٧. ځکه چې په کورنۍ کې فردي خپلواکۍ ته نه ده رسېدلی.
٨. ځکه چې نازولې خور يا ورور لري او کينه ورسره کوي.
٩. ځکه چې له ځانه خبر نه دي او له ذهني اړخه بالغ نه دي.
١٠. ځکه چې ښايي د بېلتون اضطراب او بې فنايۍ حس کوي.
١١. ځکه چې ښايي له وخت څخه وړاندې کوژدن شوي وي.
١٢. ځکه چې په دې سره به غواړي له مسووليت څخه وتښتي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده نه وړاندې خپل شخصيت ټېسټ کړو؟

۱. ځکه چې د اروا پوهنې له نظره انسان د څو شخصيتونو لرونکی دی.

۲. ځکه چې ځينې شخصيتونه له نورو سره يوځای ژوند نه شي کولی.

۳. ځکه چې موږ يوازې په ټېسټونه سره دقيقه او علمي پېژندنه شونې کوو.

٤. ځکه چې ځينې ټېسټونه ډېر دقيق او په هره ټولنه کې کارول کېږي.

۵. ځکه چې د واده لپاره د انسانانو اروايي ځانګړنې خورا ارزښت لري.

٦. ځکه چې د ټېسټ په مرسته به د مقابل لوري په روغتيا سم پوهېږو.

۷. ځکه چې ټېسټ د مقابل لوري ډېر پټ څه رابهر او رسوا کولی شي.

۸. ځکه چې د مقابل لوري د توپيرونو په پېژندنه کې ټېسټ ارزښت لري.

۹. ځکه چې په ټېسټ به وپوهېږو چې مقابل لوری د څه لپاره واده کوي.

۱۰. ځکه چې په ټېسټ به تر يوې کچې د راتلونکي ژوند وړاندوينه وکړو.

۱۱. ځکه چې غواړو د مقابل لوري شخصيتي ځانګړنې به ښه وه ارزوو.

۱۲. ځکه چې په ټېسټ سره مو پرېکړې منطقي او لاره نوره هم رغېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کوژدن شوي دروغ وايي؟

۱. ځکه چې غواړو کوژدن مو بدلون وکړي.
۲. ځکه چې په خپله خپل کوژدن پرتله کوو.
۳. ځکه چې پر جزياتو باندې ډېر تمرکز کوو.
٤. ځکه چې ښايي "نه" ويل يې نه وي زده.
۵. ځکه چې ښايي خيانت مو ورسره کړی وي.
٦. ځکه چې مقابل لوری پر موږ باور نه لري.
۷. ځکه چې کوژدن يا نامزاد ته مو پوره درناوی نه کوو.
۸. ځکه چې ښايي له موږ څخه به وېره لري.
۹. ځکه چې ښايي پر وړاندې به يې بې پروا يو.
۱۰. ځکه چې عاطفي اړيکې مو کمرنګه شوي دي.
۱۱. ځکه چې ښايي زياتی کوونکي انسانان به يو.
۱۲. ځکه چې کوژده مو په دقيق ډول نه ده شوې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نوې جوړې له يو بل څخه لرې کيږي؟

۱. ځکه چې پرته له مينې جنسي اړيکې پيلوي.
۲. ځکه چې له خپلې کوژدې سره خوښ نه دي.
۳. ځکه چې د خلکو خبرو ته ارزښت ورکوو.
٤. ځکه چې ډېرځله لوړې تمې او قضاوت کوو.
۵. ځکه چې ښايي له تېر سره يې زړه تړلی وي.
٦. ځکه چې ښايي کنټرولوونکي ځانګړنې لري.
۷. ځکه چې ښايي د ځان لوړ ليدنې احساس کوي.
۸. ځکه چې ښايي شک وکړو او بې باوره اوسو.
۹. ځکه چې يوبل ته پاملرنه ډېره راکمه شوې ده.
۱۰. ځکه چې ښايي کوژده به مو د کورنۍ خوښه وه.
۱۱. ځکه چې ښايي شخصيتونه مو سره ورته نه وي.
۱۲. ځکه چې ښايي له سني اړخه چمتو ونه اوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کوژدې له اړتیاوو سره همغږي نه یو؟

۱. ځکه چې له شخصیتي، جنسي او بدني پلوه توپیر لرو.
۲. ځکه چې د نوماندې پر مهال فرهنګونو ته پام نه کوو.
۳. ځکه چې قومي او ټولنیزو مواردو ته سم پام نه کوو.
٤. ځکه چې د یوبل په ارزښتنو باندې سم ټینګار نه کوو.
۵. ځکه چې یوازې د عاطفي احساس پر بنسټ کوژدن شوي یو.
٦. ځکه چې زموږ او د مقابل لوري اړتیاوې توپیر کوي.
۷. ځکه چې خپلې موخې مو سمې نه دي سره پرتله کړي.
۸. ځکه چې په ډېرو وړو مسایلو ټینګار او فکرونه کوو.
۹. ځکه چې له نوماندۍ وړاندې مو ژور فکر نه دی کړی.
۱۰.ځکه چې موږ یو بل سم او پوره نه دي سره پېژندلي.
۱۱.ځکه چې په ناخبرۍ کې ځینو مسایلو ته ارزښت ورکوو.
۱۲.ځکه چې په اړیکې مو سم او په ژوره توګه نه ارزوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

دویمه برخه

۱۰۰ ولي او ځکه ګډ ژوند

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند له ملګري سره مينه وکړو؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې د سکون او هوسايني لوی لامل دی.
۲. ځکه چې زموږ د بدني ميتابولېزم په ښه والي کې مرسته موي.
۳. ځکه چې نشتوالی يې په انسان کې د ژورخپګان لامل ګرځي.
٤. ځکه چې د ژوند له ملګري سره مينه مو پرځان باور لوړوي.
۵. ځکه چې مينه کول مو عاطفي اړيکې سمې، سالمې او رغوي.
٦. ځکه چې په برياليو او ښو جنسي اړيکو کې مرسته راسره کوي.
۷. ځکه چې له خيانت، دوه مخی، شخړو او جګړو نه مخنيوی کوي.
۸. ځکه چې د بېځايه بدګومانيو او شکونو له راټوکېدو مخنيوی کوي.
۹. ځکه چې په ګډ ژوند کې له غوصې او بد چلند نه مخنيوی کوي.
۱۰. ځکه چې مينه کول نوره مينه محبت او عشق هم راټوکولی شي.
۱۱. ځکه چې په کلکه د کورنيو شخړو او تاوتريخولي مخنيوی کوي.
۱۲. ځکه چې د جسمي او ارواييي دفاعي سيستم مقاومت ډېر لوړوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپلې ستونزې د ګډ ژوند له ملګري سره له شریکوو؟

۱. ځکه چې د خپل ګډ ژوند په ملګري باندې پوره باور نه لرو.

۲. ځکه چې په ګډ ژوند کې ستونزې خپله ماتې او عیب ګڼو.

۳. ځکه چې په ځان ډېر زیات مینېږو او له غرور نه کار اخلو.

٤. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري له پړ کولو څخه وېره لرو.

۵. ځکه چې فکر کوو د ګډ ژوند ملګری مو مرسته نشي کولی.

٦. ځکه چې فکر کوو د ګډ ژوند ملګری به مو هم ستونزمن شي.

۷. ځکه چې له دې وېره لرو چې ستونزه به مو نوره هم لویه شي.

۸. ځکه چې فکر کوو د ګډ ژوند ملګری به مو درک نشي کړی.

۹. ځکه چې د خپل ګډ ژوند د ملګري له قضاوت څخه وېرېږو.

۱۰. ځکه چې ډېره ځله د ستونزې په رسوایی او ډېرېدو وېرېږو.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري له تاوتریخوالي نه په وېره کې یو.

۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره ستونزه شریکول ننګ ګڼو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ځانه یو ښه خاوند یا مېرمنه نشو جوړولی؟

۱. ځکه چې مغروره یو او تل په ننګ او غیرت پسې ګرځو.

۲. ځکه چې تل غواړو د ګډ ژوند ملګری مو هره خبره ومني.

۳. ځکه چې ښایي دننه ذهن مو ګډوډ او دعوی کوونکی وي.

٤. ځکه چې ډېرځله له زغم، منني، عدل او تقوی نه کار نه اخلو.

۵. ځکه چې په اړیکو کې کلک صادق وفادار او ریښتیني نه یو.

٦. ځکه چې په خپلو شخصي عقیدو او باورونو ډېر ټینګار کوو.

۷. ځکه چې د خپل ګډ ژوند د ملګري رازونه او حریم نه ساتو.

۸. ځکه چې کله د خپل ګډ ژوند د ملګري په اړه زړه نازړه یو.

۹. ځکه چې کله ناکله د خپل ګډ ژوند ملګري ته غوږ نه نیسو.

۱۰. ځکه چې کینه کښ یو او داسې چلند کوو ترڅو مینه کمه شي.

۱۱. ځکه چې خپلو ګډو اړیکو او اروایي روغتیا ته پام نه کوو.

۱۲. ځکه چې زړه نازړه یو او د اړیکو په رغولو کار نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوند نه اخلو؟

۱. ځکه چې کله قناعت نه کوو او غوښتنې مو ډېرې دي.

۲. ځکه چې د کورني ژوند وړې ستونزې لويې او سختوو.

۳. ځکه چې د مېرمنې او نارينه ترمينځ توپير نشو منلی.

٤. ځکه چې ستونزې نه پېژنو، مخنيوی او حل يې نه کوو.

۵. ځکه چې د ګډ ژوند د اړيکو خوند په بل ځای کې لټوو.

٦. ځکه چې توپير نه منو او د ګډ ژوند ملګری پرتله کوو.

۷. ځکه چې واده مو په خوښه نه وه او جوړجاړی نه کوو.

۸. ځکه چې يو بل ته لېواله نه يو او په دې هڅه هم نه کوو.

۹. ځکه چې د جنسي اړيکو د سمېدو لپاره کوښښ نه کوو.

۱۰. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري ستونزو ته پام نه ورکوو.

۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري کينې ته ارزښت نه ورکوو.

۱۲. ځکه چې د ژوند د ستونزو حل ته لومړيتوب نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګډ ژوند کې جنسي اړیکې جدي ونیسو؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې د ژوند یوه طبیعي اړتیا ده.
۲. ځکه چې په ژوند کې د خوښۍ احساس راکوي.
۳. ځکه چې د واده یوه لویه موخه جنسي اړیکې دي.
٤. ځکه چې زموږ د ګډ ژوند د رغېدو یو لامل دی.
۵. ځکه چې نه پام یې د ناسمې پوهېدنې لامل ګرځي.
٦. ځکه چې ریښتینی جسمي او اروايي هوساینه راکوي.
۷. ځکه چې اروايي او عصبي ستونزې له مینځه وړي.
۸. ځکه چې د اضافي انرژۍ د له مینځه تلو لامل ګرځي.
۹. ځکه چې زموږ د لا ډېر جوړجاړي لامل کېدای شي.
۱۰. ځکه چې په ګډ ژوند کې د مینې یو لوی لامل دی.
۱۱. ځکه چې له درناوي، پاملرنې او ملګرتیا سره مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې په ګډه فزیکي او اروايي هوساینه اغېزه کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند د ملګري زړه ته لار نشو موندلی؟

۱. ځکه چې د لارې پیدا کېدو لپاره یې په څه نه پوهېږو.
۲. ځکه چې تل خپلې کیسې او خبرې په ګیلو پیلوو.
۳. ځکه چې د یو بل د ژوند غوښتنې ښې نه شو درک کولی.
٤. ځکه چې د بې غوریو او بې میلیو لامل مو نه دی موندلی.
۵. ځکه چې پر یو بل باور نه لرو او د سمون هڅه یې هم نه کوو.
٦. ځکه چې تل ځان ته حق ورکوو او پر خپل فکر ټینګار کوو.
۷. ځکه چې ښایي دریېم کس مو ژوند کې ښکېل او لاس ووهي.
۸. ځکه چې په ژوند کې خوښ نه یو او نورې ستونزې هم لرو.
۹. ځکه چې کاري او له کوره بهر بوختیاوې مو ډېرې شوې دي.
۱۰. ځکه چې ذهني وده او پوهه مو لږه او همغږي مو نشته.
۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری مو پام نه کوي او بې مسوولیته دی.
۱۲. ځکه چې اروایي، عاطفي او جسمي حالت مو ښه او روغ نه دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند له ملګري سره مینه نشو کولی؟

۱. ځکه چې د خپل ګډ ژوند له ملګري سره مینه نه لرو.

۲. ځکه چې له کوره بهر چارو ته پام کوو، خو کور ته نه.

۳. ځکه چې پر یو بل باندې باور نه لرو او هڅه هم نه کوو.

٤. ځکه چې ښايي له کوم بل چا سره ښکېل او بوخت اوسو.

۵. ځکه چې په ډېره لویه او پراخه کورنۍ کې ژوند کوو.

٦. ځکه چې د یو او بل په اړینو اړتیاوو پسې نشو رسېدلی.

۷. ځکه چې د اولادونو په شمېر مو یو بل سره سلا نه ده کړې.

۸. ځکه چې د کورنیو نیوکو څخه شرمېږو او په وېره کې یو.

۹. ځکه چې په خپل کار او چارو کې ډېر برخت شوي یو.

۱۰. ځکه چې د نورو په ستونزو حل کولو کې ښکېل یو.

۱۱. ځکه چې ښايي له اروايي اړخه ګډوډي او ستونزه ولرو.

۱۲. ځکه چې له راتلونکو پايلو يې په سمه توګه خبر نه یو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې مينې ته لومړيتوب ورکړو؟

۱. ځکه چې مينه ګډ ژوند ته هيله مندي ډېروي.
۲. ځکه چې مينه د ژوند نه هېرېدونکې اړتيا ده.
۳. ځکه چې زموږ اړيکې قوي او پياوړې کوي.
٤. ځکه چې ګډ ژوند ته مو خوند او مزه ورکوي.
۵. ځکه چې پر يو بل باور مو لا ډېر او لوړوي.
٦. ځکه چې له انګېزې نه ډک ژوند به مو وي.
۷. ځکه چې د کورنۍ فضا د رغېدو لامل ګرځي.
۸. ځکه چې ګډه جوړه هوډمنه او پياوړې کوي.
۹. ځکه چې د کورنۍ نېکمرغي په مينه کې نغښتې.
۱۰. ځکه چې مينه د مينې د لا ډېروالي لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې زموږ د ريښتيني هوساينې لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې په سمو پرېکړو کې موږ سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د ګډ ژوند ملګری پر موږ باور نه کوي؟

۱. ځکه چې نه پوهېږو د کوژدې له پیل څخه ډېر حساس وو.
۲. ځکه چې د کوژدې موده اوږده او لاره ورته جوړه شوې.
۳. ځکه چې اړیکې مو امن نه دي او په اړه يې خواشيني يو.
٤. ځکه چې د ځینو رازونو په ویلو او نه ویلو کې زړه نازړه یو.
۵. ځکه چې د بې باورۍ علت موندلو لپار مو هڅه نه ده کړې.
٦. ځکه چې بدلون منل او زغم مو لږ او شک مو ډېر دی.
۷. ځکه چې چلند، خبرې او فکر مو بې باورۍ ته بيايي.
۸. ځکه چې د ګډ ژوند د اړیکو د سمون لپاره هڅه نه کوو.
۹. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو مینه او لېوالتیا نشته.
۱۰. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو خپلې خبرې نه شریکوو.
۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو نبغ په نبغه مینه نه ښیو.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري پر وړاندې مسوولیت نه منو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګرى بخیلي کوي؟

۱. ځکه چې د مجردۍ پر مهال له بخیلۍ سره عادت شوی.
۲. ځکه چې نه پوهېږو بخیلي یو منفي صفت او خانګړنه ده.
۳. ځکه چې د هغوی په اند د هر شي پېرلو ته اړتیا نشته.
٤. ځکه چې هر څه د شتمنۍ له مخې ارزوي او ورته ګوري.
۵. ځکه چې ښايي د وسواس ګډوډۍ له امله بخیل شوي وي.
٦. ځکه چې ښايي زموږ تینګار او بې باوري یې لامل وي.
۷. ځکه چې نه پوهېږو بخل هرخاوند او مېرمنه ځوروي.
۸. ځکه چې موږ هم له همدې بخیلانو سره په بخل چلند کوو.
۹. ځکه چې په پېرلو کې له خاوند/مېرمنې سره مشوره نه کوو.
۱۰. ځکه چې نه پوهېږو یوه زیان منونکې او بده ستونزه ده.
۱۱. ځکه چې تل مو د خپل ګډ ژوند په ملګري ملنډې وهلي.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري هیجانونه مو نه دي حل کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د ګډ ژوند ملګری غوصه کوي؟

۱. ځکه چې د لامل په موندلو کې مو هڅه نه ده کړې.
۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري غوښتنو ته پام نه کوو.
۳. ځکه چې کله کله د کورنۍ د غړو تقلید (پېښبې) کوو.
٤. ځکه چې فکر کوي له مسوولیت نه د تېښتې یوازینۍ لارده.
۵. ځکه چې چلند یې روغ نه دی او په غوصه ځان آراموي.
٦. ځکه چې پرته له غوصې له بلې حل لارې سره بلد نه دي.
۷. ځکه چې زموږ د ګډ ژوند ملګری د هیجان په تشولو نه پوهېږي.
۸. ځکه چې د غوصه کېدو پر مهال موږ هم پرې غوصه کېږو.
۹. ځکه چې ښایي اروایي ګډوډي به لري او نه به پرې پوهیږي.
۱۰. ځکه چې د غوصې مهارولو له مهارت سره بلدتیا نه لري.
۱۱. ځکه چې بې صبره کېږو او له نورو سره ژر مخالفت کوو.
۱۲. ځکه په خپله موږ یې د غوصې لامل یو او مرسته نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند ملګري ته درناوی وکړو؟

۱. ځکه چې په مینه او محبت کې مو زیاتوالی راولي.
۲. ځکه چې اروايي روغتیا ته مو ډېره ګټه رسولی شي.
۳. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره مو اړيکې سموي.
٤. ځکه چې ژوند ته مو خوښي او خوند وربښلی شي.
۵. ځکه چې اندېښنه، خواشیني او خپګان مو راټیټوي.
٦. ځکه چې د ځان غوښتنې له پټ حس سره مقابله کوي.
۷. ځکه چې په ژوند کې د غوصې او کینې کچه راټیټوي.
۸. ځکه چې د مثبتو او نېکو کړنو د ډېروالي لامل ګرځي.
۹. ځکه چې موږ کې د هوساینې احساس را ژوندی کوي.
۱۰. ځکه چې په منفي احساساتو باندې مو بریالي کولی شي.
۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري پرځان باور سره مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې په جنسي اړیکو او نورو چارو کې مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني مېرمنې او نارينه له ډېرې مينې وېرېږي؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري له تمو نه وېرېږي.

۲. ځکه چې وېرېږي نور کسان ورسره کينه ونه کړي.

۳. ځکه چې ريښتينې مينه او محبت مو نه دی زده کړی.

٤. ځکه چې ښايي مور ته تېرې خاطرې را په ياد کړي.

۵. ځکه چې ځيني يې د ځان کمی او رټنې لامل بولي.

٦. ځکه چې ښايي ترخې او نه هېرېدونکې تجربه لري.

۷. ځکه چې ښايي اصلي پېژند (هويت) به يې ننګوي.

۸. ځکه چې له ماتې، خپګان او خواشينۍ نه وېره لري.

۹. ځکه چې انګېري؛ دا کار يې له والدينو نه لرې کوي.

۱۰. ځکه چې فکر کوي دا د ژوند کومه مهم خبره نه ده.

۱۱. ځکه چې وېرېږي دا به يې د برياليتوبونو مخه ونيسي.

۱۲. ځکه چې وېرېږي که همداسې پاتې نشي څه به وشي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خاوند او مېرمنه یو بل سره همغږي نه لري؟

۱. ځکه چې د یوه او بل په وړاندې زغم نه لري
۲. ځکه چې د یو او بل اروايي توپیرونه نه مني.
۳. ځکه چې قناعت نه کوي او ډېرې غوښتنې لري.
٤. ځکه چې د یوه او بل تېر ژوند نه شي هېرولی.
۵. ځکه چې دروغ وايي او ریښتیني چلند نه کوي.
٦. ځکه چې ځینې افغاني جوړې ښه غوږ نه نیسي.
۷. ځکه چې په یو بل باندې له کچې ډېر شک لري.
۸. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری له نورو سره پرتله کوي.
۹. ځکه چې پر یو بل باور نه لري او هڅه هم نه کوي.
۱۰. ځکه چې په ژوند کې له یو بل سره مشوره نه کوي.
۱۱. ځکه چې خپل ژوند د نورو په خبرو مخ ته بیايي.
۱۲. ځکه چې د یو او بل په خوښه کې هڅه نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني خبرې بې اغېزې کېږي؟

۱. ځکه چې نه وايو، يوازې ته زما د ژوند راز يې.
۲. ځکه چې نه وايو، له تا سر مې ذهن تازه کېږي.
۳. ځکه چې نه وايو، ته څومره ښايسته انسان يې.
٤. ځکه چې نه وايو، له تاسره وخت ژر تېرېږي.
۵. ځکه چې نه وايو، ته د نړۍ تر ټولو ښه انسان يې.
٦. ځکه چې نه وايو، ستا په ليدو مې شکر وويست.
۷. ځکه چې نه وايو، ته مې د ژوند يوازينۍ مينه يې.
۸. ځکه چې نه وايو، له تاسره ژوند په زړه پورې دی.
۹. ځکه چې نه وايو، تل مې په فکر کې اوسېږې.
۱۰. ځکه چې نه وايو، زه ستا ستاينه او درناوی کوم.
۱۱. ځکه چې نه وايو، له تا سره ژوند راته خوښ دی.
۱۲. ځکه چې نه وايو، که وايو يې هم له زړه يې نه وايو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند ملګری په ځان نشو مینولی؟

۱. ځکه چې په سمه توګه یې اړتیا ته پام نه کوو.
۲. ځکه چې په خوله نه ورته وایو چې مینه لرو.
۳. ځکه چې احساس او حق یې نه شو درک کولی.
٤. ځکه چې د مینې پر ځای امرونه او لارښوونه کوو.
۵. ځکه چې ډېر بوخت یو او وخت نه شو ورکولی.
٦. ځکه چې غوښتنو ته یې "نه" وایو او انکار کوو.
۷. ځکه چې د خپل ګډ ژوند ملګري ته غوږ نه نیسو.
۸. ځکه چې دا هېرو چې مینه د ژوند یو اصل دی.
۹. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری سره یوه خوله او نه یو.
۱۰. ځکه چې خپلې روغتیا او ظاهر ته سم پام نه کوو.
۱۱. ځکه چې د ژوند د ملګري کورنۍ ته درناوی نه کوو.
۱۲. ځکه چې د ژوند د ملګري ارزښتونو ته سپکاوی کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوښ نه يو؟

۱. ځکه چې له ورځنيو شيبو څخه نه خوند اخلو.
۲. ځکه چې له همېشنيو پرتلو څخه ځان نه ژغورو.
۳. ځکه چې له کچې ډېر په مادياتو باندې فکر کوو.
٤. ځکه چې د خپل ژوند لپاره ګډه موخه نه لرو.
۵. ځکه چې په خپل ژوند کې نوښت نه راوړو.
٦. ځکه چې خپلې کورنۍ ته ارزښت نه ورکوو.
۷. ځکه چې آن په خوښو شيبو کې هم نه خاندو.
۸. ځکه چې د خپل ګډ ژوند واقعيتونه مو نه منو.
۹. ځکه چې د کار او کورنۍ تر منځ انډول نه راولو.
۱۰. ځکه چې بښنه نه کوو او خپل احساسات پټوو.
۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره جوړجاړی نه کوو.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره همغږي نه يو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند لپاره یو ښه ملګری نه شو کېدای؟

۱. ځکه چې د مینانو په څېر چلند او عمل نه کوو.

۲. ځکه چې د خپلې خوښۍ شیبې په یاد نه راوړو.

۳. ځکه چې خپله مینه او احساس یو بل ته نه وایو.

٤. ځکه چې په یوازې ځان پرېکړې او عمل کوو.

۵. ځکه چې پر یوه مهال فکري او جسمي انډول نه لرو.

٦. ځکه چې خپل ظاهر او باطن ته پوره پام نه کوو.

۷. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره همغږي نه لرو.

۸. ځکه چې د حل لارو پر ځای نیوکې او رټنې کوو.

۹. ځکه چې د ښو خاطرو لپاره غونډې نه جوړو.

۱۰. ځکه چې ریښتیا نه درک کوو او په شک پسې ګرځو.

۱۱. ځکه چې یو بل سره خبرې نه کوو او غوږ نه نیسو.

۱۲. ځکه چې یو بل ته درناوی نه کوو او آزادي نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل خاوند یا مېرمنې ته هر څه ونه وایو؟

۱. ځکه چې هر څه ویل له ژوند سره مرسته نه کوي .
۲. ځکه چې کله کله هر څه ویل مرسته نه زیان رسوي.
۳. ځکه چې کیدای شي په سمه توګه یې ونه شو ویلی.
٤. ځکه چې چوپتیا تل په ژوند کې ځانګړی ارزښت لري.
۵. ځکه چې هر څه ویل د سالمو او بالغو انسانانو کار نه دی.
٦. ځکه چې اړینه نه ده په تېرو خپل راتلونکی تور کړو.
۷. ځکه چې د هر څه ویل مو د ژوند د ملګري ذهن ګډوډوي.
۸. ځکه چې تېرې بدی آن اوسنی ښېګنې هم له مینځه وړي.
۹. ځکه چې کله کله د بدو یاد د بدیو بیاځلي کېدو لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې بیا به د ګډ ژوند ملګری باور راباندې ونه کړي.
۱۱. ځکه چې دا کار باور کمزوری او اړیکې کمرنګه کوي.
۱۲. ځکه چې د ناخوالو ویل نور کسان هم منفي اغېزمنوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ګډ ژوند ته هیله مند واوسو؟

۱. ځکه چې د انسان وړتیاوې څو برابره ډېروي.

۲. ځکه چې پر ځان باور د لوړېدو لامل ګرځي.

۳. ځکه چې د مثبتو فکرونو انرژي نوره هم لوړوي.

٤. ځکه چې بیا هېڅکله نورو ته اړتیا نه پیدا کوي.

۵. ځکه چې د ډېرو سختو ستونزو د حل لامل ګرځي.

٦. ځکه چې د منفي فکرونو د کمېدو لامل ګرځي.

۷. ځکه چې په دې حالت کې ډېر بد حالات هم زغمي.

۸. ځکه چې هیله مندي کینه او بغض له منځه وړي.

۹. ځکه چې د انسان په ځان باور بې ساري لوړوي.

۱۰. ځکه چې په ژوند او چارو کې مهربانه نوره هم ډېروي.

۱۱. ځکه چې د بریا او مثبت فکر کولو لامل ګرځي.

۱۲. ځکه چې له اروایي ناروغیو څخه مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګری یوه ښه دنده نشي موندلی؟

۱. ځکه چې په کار او کارموندنه کې مهارتونه نه لري.
۲. ځکه چې تل د کار په اړوند ناسمې وړاندوینې کوو.
۳. ځکه چې خپل اسناد او پاڼې په سمه توګه نه تنظیموي.
٤. ځکه چې د ځان لپاره لنډمهاله او پروژه یي دندې ټاکو.
۵. ځکه چې ښه ټاکنه نه کوو او په لوړ مقام پسې ګرځي.
۶. ځکه چې د خپل مسلک اړوند نوي مهارتونه زده کوي.
۷. ځکه چې د بېکاره خلکو په خبرو او شایعاتو پسې ګرځي.
۸. ځکه چې د ژوند ملګری مو کاري چلند او اخلاق نه لري.
۹. ځکه چې انرژي په کار او چارو نه، په خبرو ضایع کوو.
۱۰. ځکه چې په ټوله کې کار د هغه اهل ته نه سپارل کېږي.
۱۱. ځکه چې دندې او کار موندنه پسې هڅه او پلټنه نه کوي.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له خپلو ملګرو مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مونږ او زمونږ د ګډ ژوند ملګري بې دلدې وله اوسو؟

۱. څکه چې ځان به مو ناوړه او بې ارزښته احساس نه کړو.
۲. څکه چې بې دندې کېدل د بېلارې کېدو يو لوی لامل دی.
۳. څکه چې کېدای شي د ګوښه توب او ژورخپګان لامل شي.
٤. څکه چې ډېری بې دندې کسان په نشه يي توکو اخته کېږي.
۵. څکه چې له نوور ښځه د وروسته پاتې کېدو لامل ګرځي.
٦. څکه چې په کورنۍ او ټولنه کې د ستونزو لامل کېدای شي.
۷. څکه چې د نويو مهارتونو زده کړه به راته ستونزمنه شي.
۸. څکه چې بېکاري د نورو له برياوو سره د کينې لامل ګرځي.
۹. څکه چې کېدی شي له مافيا او ټولنې ضد ډلو سره يوځای شي.
۱۰. څکه چې په ګډ ژوند کې د اختلاف او شخړو لامل ګرځي.
۱۱. څکه چې د خپلې کورنۍ مالي اړتياوې به نشو پوره کولی.
۱۲. څکه چې له موخې به لرې شو يا به کډې کولو ته مخه کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نشو کولی پخپله یوه دنده رامینځ ته کړو؟

١. ځکه چې په ځان مو پوره باور او اعتماد نشته.
٢. ځکه چې ټولنه کې د داسې کارونو لېوالتیا نشته.
٣. ځکه چې موږ ډېر خطر منونکي انسانان نه یو.
٤. ځکه چې ډېر خلاق او نوښتګر انسانان نه یو.
٥. ځکه چې په چاپېریالي فرصتونو پسې نه ګرځو.
٦. ځکه چې چارې مو په هر اړخیز ډول نه ارزوو.
٧. ځکه چې هڅه نه کوو او په ځان سخته نه راولو.
٨. ځکه چې پرځان ټینګ باور لرونکي انسانان یو.
٩. ځکه چې د ستونزو پر وړاندې مقاومت نه کوو.
١٠. ځکه چې له واړه کارونه او لړه پانګونه نه کوو.
١١. ځکه چې د وړو وړو کارونو په کولو شرمېږو.
١٢. ځکه چې د خلکو خبرو ته ارزښت نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ژوند د ملګري په زړه کې ځای نه شو موندلی؟

۱. ځکه چې د سترګو اړیکو ته ډېر ارزښت نه ورکوو.
۲. ځکه چې د خپل ژوند ملګري له خپلې مینې نه وایو.
۳. ځکه چې د ژوند ملګري ته د مینې موقع نه ورکوو.
٤. ځکه چې د غوصې پر مهال ځان نه شو کنټرولولی.
۵. ځکه چې د مینې په ښودلو کې وړاندېوالی نه کوو.
٦. ځکه چې د ژوند ملګری مو له نورو سره پرتله کوو.
۷. ځکه چې د ژوند ملګری مو رټو او پېغورونه ورکوو.
۸. ځکه چې کله ناکله مو د ژوند د ملګري قدر نه کوو.
۹. ځکه چې شخصي حریم ته یې پوره درناوی نه لرو.
۱۰. ځکه چې خپل ظاهر او جامو ته مو پوره پام نه کوو.
۱۱. ځکه چې کله خو د ژوند ملګري ته ارزښت نه ورکوو.
۱۲. ځکه چې تل نیوکې کوو، خو کله هم حل لارې نه لټوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ په ګډ ژوند کې اړيکې سړېږي؟

۱. څکه چې نارينه او مېرمنې ډېر په خپلو کې توپير لري.
۲. څکه چې د يو بل دندې مو نه دي پېژندلي او نه يې منو.
۳. څکه چې د نارينه او مېرمنو تر مينځ توپير نه شو منلی.
٤. څکه چې د نارينه او مېرمنو تر مينځ اړيکه نه مطالعه کوو.
۵. څکه چې د ستونزو حلولو لپاره نوې حل لارې نه لټوو.
٦. څکه چې د يو او بل خبرو ته په سم ډول غوږ نه نيسو.
۷. څکه چې د نر او ښځې د مينې بڼه توپير لري، دا نه منو.
۸. څکه چې تل غواړو د ګډ ژوند ملګري ته بدلون ورکړو.
۹. څکه چې تل يوازې له خپلو چارو څخه دفاع او ملاتړ کوو.
۱۰. څکه چې تل د ستونزو د حل پرځای جګړې غوره کوو.
۱۱. څکه چې دا نه منو چې تل د حل لپاره يوه لاره وي.
۱۲. څکه چې کله کله مو له جنسيتي ځانګړنو څخه تېښته کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند په ملګري بد ګماني کوو؟

۱. ځکه چې د خپلو کارونو په اړه څه نه ورته وايو.
۲. ځکه چې واده په پوره دقت او پاملرنې نه سره کوو.
۳. ځکه چې د واده په اړوند پوره او سم مالومات نه لرو.
٤. ځکه چې د يو بل له ځانګړنو نه پوره مالومات نه لرو.
٥. ځکه چې د يو بل کورنيو ته ارزښت او درناوی نه ورکوو.
٦. ځکه چې د مقابل لوري له غبرګونونو سره بلد نه دي.
۷. ځکه چې د ماشومتوب او ځوانۍ له پېښو ډېره يادونه کوو.
۸. ځکه چې خپله علاقه، مينه او محبت په ژبه نه ورته وايو.
۹. ځکه چې د نورو خلکو زامن، لوڼې او ګډ ژوند ورته يادو.
۱۰. ځکه چې خپلو کړنو، چلند او احساساتو ته پوره پام نه کوو.
۱۱. ځکه چې ځيني رازونه مو د ګډ ژوند له ملګري نه پټوو.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند پر وړاندې خپل مسووليت نه پېژنو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګرو تر مینځ مینه کمیږي؟

۱. ځکه چې موږ مینه کړو، خو اوبه او لمر نه ورته رسوو.
۲. ځکه چې کمیږي، خو له منځه وړلو ته باید پرېښنبودله شي.
۳. ځکه چې نه پوهیږي څنګه یې په یوه ښه حال کې وساتي.
٤. ځکه چې د فکر دایره کې یې تل د "زه" حس ځای نیولی.
۵. ځکه چې کله کله په خپل ژوند کې بدلون منونکي نه دي.
٦. ځکه چې پوره، ټول غوښتونکي او پر ځان ډېر مین دي.
۷. ځکه چې د ګډ ژوند له مهارتونو سره سمه بلدتیا نه لري.
۸. ځکه چې د کور او بهر چاپېریال تر مینځ توپیر نه کوي.
۹. ځکه چې د خپلو ستونزو په اړوند ناسمې وړاندوینې کوي.
۱۰. ځکه چې په ګډ ژوند کې مینې ته لومړیتوب نه ورکوي.
۱۱. ځکه چې ژوند یوازې جنسي خوند او جوړه کېدل ګڼي.
۱۲. ځکه چې له مقابل لوري سره اغېزناکه اړیکې نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه په ګډ ژوند کې مينه وژني؟

۱. ځکه چې تنګ نظره او ډېرځله توپيري چلند کوي.
۲. ځکه چې کله کله بې ځايه او بې ګټې ننګونې کوي.
۳. ځکه چې غواړي ځان ډېر پياوړی او زورور وښيي.
٤. ځکه چې ځيني يې د ځواک او کنټرول په لټه کې دي.
۵. ځکه چې خپله مېرمنه بندي او ډېرځله يې محدودوي.
٦. ځکه چې د ژوند د ملګري دنده او زده کړې ځنډوي.
۷. ځکه چې خپلې مېرمنې ته د انتخاب حق نه ورکوي.
۸. ځکه چې ځيني يې بې پروا او له مسووليته تښتي.
۹. ځکه چې کله ناکله فکري بلوغ ته نه وي رسېدلي.
۱۰. ځکه چې ښايي روږدي وي او په ځان واک نه لري.
۱۱. ځکه چې ځيني نارينه کمال پلوه او بخيلان هم وي.
۱۲. ځکه چې ځيني يې د مينې په اړه هېڅ نه پوهيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خسرخېلو سره اړیکې نشو ساتلی؟

۱. ځکه چې له واده وړاندې ښه چلند نه دی راسره شوی.
۲. ځکه چې د مېرمنې کورنۍ منفي ګڼو او قضاوت کوو.
۳. ځکه چې ډېری زومان او ناویانې جوړجاړی نه شي کولی.
٤. ځکه چې له کلتوري اوعقیدوي پلوه لوی توپیر سره لرو.
٥. ځکه چې د دوو کورنیو غړي دي او توپیر سره لري.
٦. ځکه چې د ژوند د ملګري له کورنۍ سره مینه نه لرو.
۷. ځکه چې خپله کورنۍ د خسر د کورنۍ په پرتله لوړه ګڼو.
۸. ځکه چې خپل مسوولیتونه په سمه توګه نه ترسره کوو.
۹. ځکه چې د پلار کور ته تګ راتګ نه شو مدیریت کوی.
۱۰. ځکه چې کورنۍ مو په چارو او ژوند کې لاسوهنه کوي.
۱۱. ځکه چې هڅه کوو د ژوند ملګری له کورنۍ نه بېل کړو.
۱۲. ځکه چې درناوی نه لرو او د هر چا په کار کې لاسوهنې کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځیني کورنۍ تیت او پرک کیږي؟

١. ځکه چې د تل لپاره مو ځان په حقه او ریښتیني ګڼلی دی.
٢. ځکه چې آن کله کله ښه او په توده کې هم ښښنه نه غواړو.
٣. ځکه چې په بې رحمۍ مو د ژوند د ملګري تېروتنې یادوو.
٤. ځکه چې ادعا کوو چې د مقابل لوري دننه انګېزې نه خبر یو.
٥. ځکه چې غواړي مقابل لوری یې باید ډېر ژر درک کړي.
٦. ځکه چې د ژوند د ملګري لومړیتوبونه سم نه دي درک شوي.
٧. ځکه چې زموږ او د ملګري جنسي اړتیاوې مو یوشان نه دي.
٨. ځکه چې پرته له دې چې په حل باندې فکر وکړو غوصه کوو.
٩. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري او کورنۍ عیبونه ورته یادوو.
١٠. ځکه چې د مقابل لوري د ګناه له احساس څخه ناسمه ګټه اخلو.
١١. ځکه چې د تل لپاره مو د ګډ ژوند د ملګري عیبونه را لټولي.
١٢. ځکه چې لفظي شخړې نه ختموو او په مقابل لوري فشار راوړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري سره د بدو پېښو په اړه خبرې نه شو کولی؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې خبرو کولو ته ارزښت نه ورکوو.
۲. ځکه چې دا نه درک کوو چې خبرې په خبرو هوارېږي.
۳. ځکه چې احساس کوو مقابل لوری به مو خبرې وانه وري.
٤. ځکه چې وېره لرو چې مقابل لوری به مو منفي فکر وکړي.
۵. ځکه چې دا احساس کوو چې مقابل لوری به مرسته ونشي کړی.
٦. ځکه چې احساس کوو غرور به مو مات او تر پښو لاندې شي.
۷. ځکه چې تر دې وړاندې مو بده تجربه لرله او دمګړی وېرېږو.
۸. ځکه چې خبرو کولو ته لار هواره نه ده او موقع نه برابروو.
۹. ځکه چې دېرځله تېر وځو او له ناسمو تګلارو څخه ګټه اخلو.
۱۰. ځکه چې نه چوپ کېږو او بې ځایه پوښتنې او لاسوهنې کوو.
۱۱. ځکه چې تل شخړې کوو او له سمو لارو سره پوره بلد نه یو.
۱۲. ځکه چې ارامه غوږ نه نیسو او په هره خبره کې غبرګون ښیو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری نه شو خوشالولی؟

۱. ځکه چې د خوشالولو په څرنګوالي باندې نه پوهېږو.
۲. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري ته مينه ناک پيغام نه لېږو.
۳. ځکه چې کله کله د خپلې خوښې خواړه نه ورته تیاروو.
٤. ځکه چې له اولادونو پرته دوه په دوه تفريح ته نه ځو.
٥. ځکه چې د زوکړې او نورې مناسبتي ورځې نه نمانځو.
٦. ځکه چې کله د خپل ګډ ژوند ملګري ته ډالۍ نه ورکوو.
٧. ځکه چې کېدای شي د ګډ ژوند له ملګري سره مينه ونه لرو.
٨. ځکه چې ډېر بوخت يو او د ژوند ملګري ته وخت نه لرو.
٩. ځکه چې له ملګري سره مو له کوره بهر خواړه نه خورو.
١٠. ځکه چې د خوښۍ لاملونه مو تر اوسه سم نه دي ارزولي.
١١. ځکه چې وخت نا وخت تېرې ښې خاطرې نه سره يادوو.
١٢. ځکه چې په نورو چارو کې له حده ډېر بوخت شوي يوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند ملګري نه شو پخلا کولی؟

۱. ځکه چې د ژوند د ملګري خبرو ته سم غوږ نه نیسو.

۲. ځکه چې کورنۍ ته یې وخت ناوخت مېلمستیا نه نیسو.

۳. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري ناخوښۍ سمې نه پېژنو.

٤. ځکه چې ښځه نه ترې غواړو او تل ځان په حق ګڼو.

۵. ځکه چې د ملګرو او کورنۍ درناوی یې ښه نه ساتو.

٦. ځکه چې د اړتیا په وخت کې یې په خوا کې نه یو.

۷. ځکه چې د ژوند ملګري ته مو بیا بیا ځلي دورغ ویلي.

۸. ځکه چې د خوښې وړ جامې او سینګار نه ورته اخلو.

۹. ځکه چې د خپل ځان پاکوالي ته مو هم پوره پام نه کوو.

۱۰. ځکه چې ډېر ځله ښه، ښه راغلاست نه ورته وایوو.

۱۱. ځکه چې تر خوا یې نه کېنو او پوره ناز نه ورکوو.

۱۲. ځکه چې کوښښ کوو د ژوند ملګري ته بدلون ورکړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې يو بل ته شي جذبولی؟

١. ځکه چې د مقابل لوري د جذبولو مهارت نه لري.

٢. ځکه چې ښايي د CHMجين يې لامل گرځېدلی وي.

٣. ځکه چې له جسمي اړخه يو بل نه شو خوښولی.

٤. ځکه چې د ځينو هورمونونو ترشح يې لامل شوی.

٥. ځکه چې د نر د ټستيسټرون هورمون کچه لوړه وي.

٦. ځکه چې له يوه او بل سره پوره همغږي نه لري.

٧. ځکه چې ښايي درېيم کس يې په ژوند ورننوتی وي.

٨. ځکه چې مينه ناکې کړنې او ښه چلند نه سره کوي.

٩. ځکه چې دواړه خواوې نوښگر او هوښيار نه دي.

١٠. ځکه چې ټولنيز مهارتونه يې سم نه دي زده کړي.

١١. ځکه چې د يو بل فکرونه لولي او حقيقت نه لټوي.

١٢. ځکه چې نور يې نه پرېږدي چې سره نږدې شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګرې له نورو سره وخت تېروي؟

١. ځکه چې له ځوانۍ څخه همداسې عادت شوی دی.
٢. ځکه چې زموږ د کورنۍ فضا همداسې بې مینې ده.
٣. ځکه چې لومړیتوب یې د ژوند ملګری نه، نور دي.
٤. ځکه چې نوي مسوولیتونه او ژوند په غاړه نه اخلي.
٥. ځکه چې ښایي موږ یوازې اوسو او ناسم پوهېدلي یو.
٦. ځکه چې خبر نه یو دا چاره د ستونزو لامل ګرځي.
٧. ځکه چې ښایي ارواییې او عاطفي ستونزې به ولري.
٨. ځکه چې ښایي له مورو پلار سره ښې اړیکې ونه لري.
٩. ځکه چې مجرد او متاهل توپیر لري په دې نه پوهېږي.
١٠. ځکه چې ښایي اړیکې یې د ملګري په ډول نه وي.
١١. ځکه چې تاسو د ملګرو په څېر چلند نه ورسره کوی.
١٢. ځکه چې دواړه د یو بل همکار، انډیوال او مین نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځينو ګډ ژوند ناکام وي؟

۱. ځکه چې له ګډ ژوند سره بې علاقې وي.

۲. ځکه چې په دنده کې ډېر بوخت شوي دي.

۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره اړيکې نه لري.

٤. ځکه چې اصلي علت مو يې نه دی موندلی.

۵. ځکه چې ښايي ډېر ځان غوښتونکي وي.

٦. ځکه چې د ګډ ژوند په اړه مطالعه نه لري.

۷. ځکه چې ګډ ژوند ته لومړيتوب نه ورکوي.

۸. ځکه چې مسووليتونه سرته نه شو رسولی.

۹. ځکه چې مهرباني او حوصله نشو کولی.

۱۰. ځکه چې په هر کار کې يې لاسوهنې کوو.

۱۱. ځکه چې يوازې پر بدو کړنو يې فکر کوو.

۱۲. ځکه چې ناوړه کارونه او چارې سرته رسوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني خلک په ژوند کې مينه نشي پاللی؟

۱. ځکه چې هره ورځ د بې غوری يو نوی دېوال دروي.

۲. ځکه چې له يو بل سره مرسته او د زړه خواله نه کوي.

۳. ځکه چې مينه پېچکاري نه ده؛ له دننه بايد راوټوکېږي.

٤. ځکه چې هر يو په ځان کې د مينې احساس نه روزي.

۵. ځکه چې کله ناکله ځان هم نه مني او نه يې خوښوي.

٦. ځکه چې فکر کوي ټولې غوښتنې يې بايد پر ځای شي.

۷. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري اړتياوې نه پوره کوي.

۸. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په خبر يې وده نه ده کړې.

۹. ځکه چې تر اوسه له مينې سره بلد نه دي او نه پوهيږي.

۱۰. ځکه چې تل غواړي اړيکې يې يو ډول او مساوي وي.

۱۱. ځکه چې له شخړو، بدچلند او ناخوالو نه مخنيوی نه کوي.

۱۲. ځکه چې مينه کول، درناوی او يو بل ته پوره پام کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني سره له دې چې ښه دي، مينه نه ورسره لرو؟

۱. ځکه چې ښايي واده مو په زور زياتي سره شوی وي.
۲. ځکه چې ښايي له وړاندې مو مشوره نه وي اخيستې.
۳. ځکه چې ښايي واده مو د زړه سوي له مخې کړی وي.
٤. ځکه چې احساس کوو د ګډ ژوند ملګری مو لامل دی.
۵. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره خبرې نه پرې کوو.
٦. ځکه چې فکر کوو چې د يو بل لپاره نه يو جوړ شوي.
۷. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړتياوو پسې نه رسېږو.
۸. ځکه چې ښايي په زړه نا زړه خپل ژوند پر مخ بيايو.
۹. ځکه چې کېدای شي د دريم کس لاسوهنه پکې وي.
۱۰. ځکه چې ياد حالت عادي ګڼو او په حل يې اقدام نه کوو.
۱۱. ځکه چې له لاسه وتلو شيانو پسې بېځايه انرژي لګوو.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو حل لاره لري، خو هڅه يې نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند له ملګري څخه لرې نه شو؟

۱. ځکه چې له لرېوالي سره عادت او نور هم لرې کېږو.
۲. ځکه چې د دواړو خواوو ذهنونه ګډوډ او ګېچ کېږي.
۳. ځکه چې د ژورخپګان او اضطراب لامل کېدی شي.
٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې مو ګيلې او شکايتونه ډېروي.
۵. ځکه چې ښايي په ژوند کې د خيانت لامل هم وګرځي.
٦. ځکه چې نږدېوالی مو له عاطفي اړخه نږدې ساتلی شي.
۷. ځکه چې په نه شتون کې يې نور کسان ځای نيولی شي.
۸. ځکه چې د ژوند له ملګري لرېوالی د زغملو وړ نه دي.
۹. ځکه چې د طلاق يو لوی لامل له يوه او بله لرې والی دی.
۱۰. ځکه چې د واده موخه بېلتون نه، بلکې يو بل سره اوسېدل دي.
۱۱. ځکه چې په دواړو اړخونو کې مينه او لېوالتيا ختموي.
۱۲. ځکه چې په ژوند کې د غوصې او بد فکر لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري لرېوالی نه شو زغملی؟

۱. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند ملګري سره عادت وي.
۲. ځکه چې له لرې څخه په اړیکو کې نه پاتې کېږي.
۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره ټلیفوني خبرې نه کوي.
٤. ځکه چې له یوه او بل سره احساسات نه شریکوي.
۵. ځکه چې خوږې خاطرې او یادونه نه سره یادوي.
٦. ځکه چې د ژوند ستونزو ته ریښتینې کتنه نه کوي.
۷. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړه مثبت فکر نه کوي.
۸. ځکه چې د ژوند ملګري ته سم وخت نه شي ورکوی.
۹. ځکه چې وخت نا وخت یې سم حال نه شي اخیستلی.
۱۰. ځکه چې د ځان لپاره مو منظم مهالوېش نه جوړوو.
۱۱. ځکه چې ځان ته کار نه کوي او بوختیاوې نه لري.
۱۲. ځکه چې مطالعه نه کوي او په لیکنو فکر نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری مینه نه راسره لري؟

۱. ځکه چې موږ یې هڅونه، ستاینه او درناوی نه کوو.
۲. ځکه چې د پرمختګ په برخه کې یې مرسته نه کوو.
۳. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلون ته پوره پام نه کوو.
٤. ځکه چې تل مو خپل ظاهري نظم ته پام نه دی کړی.
۵. ځکه چې غوښتنې او هیلې مو سمې نه دي درک کړې.
٦. ځکه چې د ژوند ملګري ته مو دا خبره نه ده کړې.
۷. ځکه چې ښایي د ژوند له ملګری ډېرې غوښتنې ولرو.
۸. ځکه چې د یوه بل توپیر مو سم نه دی سره پیژندلی.
۹. ځکه چې خپله هم له ځان سره مینه او علاقه نه لرو.
۱۰. ځکه چې ښایي له خپلو جنسي اړیکو څخه خوښ نه یو.
۱۱. ځکه چې یو بل ته وخت نه ورکوو او یا یې هم نه لرو.
۱۲. ځکه چې ښایي دریم کس لاسوهنه او په اړیکه کې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ د ګډ ژوند ملګري موږ ته پام نه کوي؟

۱. ځکه چې ډېر ځله موږ خپله هم پام نه ورته کوو.

۲. ځکه چې خپل غبرګونونه سم نه شو سره ارزولی.

۳. ځکه چې نه پاملرنه په وار وار را څخه تکرار شوې.

٤. ځکه چې د وینا پر مهال هوسا او مهربانه نه یو.

۵. ځکه چې د خبرو پر مهال ډېرې بدې کلیمې کاروو.

٦. ځکه چې د ژوند ملګری مو پرتله کوو او رټو یې.

۷. ځکه چې د ژوند د سمون لپاره حل لاره نه لټوو.

۸. ځکه چې خبرې او اړیکې مو سمې او باوري نه دي.

۹. ځکه چې ګډ ژوند کې د پاملرنې پر ارزښت نه پوهېږو.

۱۰. ځکه چې تل د ستونزو پر ځای مخالفت ته دوام ورکوو.

۱۱. ځکه چې تل د رغولو نه، بلکې ورانولو په فکر کې یو.

۱۲. ځکه چې ځان په حقه ګڼو او په جزیاتو فکر نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګڼ ژوند ملګري ډېر په غوصه کېږي؟

۱. ځکه چې دواړه د پیغام په لېږدولو کې ستونزه لري.
۲. ځکه چې کله کله غواړي له مسوولیت څخه وتښتي.
۳. ځکه چې خپله د مقابل لوري د غوصې لامل ګرځو.
٤. ځکه چې نه پوهیږي د ژورخپګان لامل ګرځي.
۵. ځکه چې ستونزه په فکر نه حل کوي غوصه کوي.
٦. ځکه چې په خطر او بدو پایلو یې ښه فکر نه کوي.
۷. ځکه چې په دې چې اړیکې یې ورانوي، نه پوهیږي.
۸. ځکه چې وروسته له هغې د هوساینې احساس کوي.
۹. ځکه چې طبیعي امر او چاره ده او باید ویې منو.
۱۰. ځکه چې غوصه یې زده کړې او پرې عادت شوي.
۱۱. ځکه چې د غوصې په مدیریت کې مهارت نه لري.
۱۲. ځکه چې فکر کوي وروستی حل لاره به همدا وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګرې وبښو؟

۱. ځکه چې پرته له بښنې په دواړو لورو سختيږي.

۲. ځکه چې که يې ونه بښو، ذهن مو بوخت ساتي.

۳. ځکه چې نه بښل يې اوږدمهاله ستونزې زېږوي.

٤. ځکه چې لاشعور به مو له بدو خاطرو ډک کړي.

۵. ځکه چې کينې، کرکې او شخړو ته لار هواروي.

٦. ځکه چې ټول ژوند يوځای يو او نه مو لوريږي.

۷. ځکه چې بښل يو مهارت دی او بايد ويې لرو.

۸. ځکه چې ډېر ځله موږ هم اړتيا ورته پيدا کوو.

۹. ځکه چې نه بښل د ودې نا پوره والی او عيب دی.

۱۰. ځکه چې بښل د ځمکې د سر يوه لويه ښه کړنه ده.

۱۱. ځکه چې له ستونزو پرته هم ګډ ژوند ناشونی دی.

۱۲. ځکه چې بښل ډېری ستونزې حل او دفع کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري له نورو سره پرتله نه کړو؟

١. ځکه چې هېڅ انسان له بل انسان سره د پرتلې وړ نه دی.
٢. ځکه چې موږ په ظاهر ډېر فکر کوو او دا سم کار نه دی.
٣. ځکه چې ډېر کسان شته چې زموږ د ژوند په ارمان دي.
٤. ځکه چې ښايي د ژوند د ملګري منفي اړخ ته مو پام وي.
٥. ځکه چې نه پوهېږو د ژوند د ملګري اصلي معيار څه دی.
٦. ځکه چې پرتله کول مو د ژوند ملګري ته ګټه نه، زيان اړوي.
٧. ځکه چې که مقابل لوری موږ پرتله کړي خوښ به نه شوو.
٨. ځکه چې ښايي ملګري مو ښه، مګر موږ هرڅه پوره وغواړو.
٩. ځکه چې نه پوهېږو پرتله کول هسې د وخت ضايع کول دي.
١٠. ځکه چې نه پوهېږو پرتله کول بې کچې ارواييي زيانونه لري.
١١. ځکه چې اړيکې مو خرابوي او آن خبره طلاق ته رسولی شي.
١٢. ځکه چې په موږ کې د منفي هيجانونو د ډېروالي لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګری پر موږ بد ګمان کوي؟

۱. ځکه چې ښايي د ژوند ملګری مو د پارانويا ګډوډي ولري.
۲. ځکه چې ښايي د ژوند له ملګري سره مو بد چلند کړی وي.
۳. ځکه چې د ژوند له ملګري سره د فکر او نظر توپير لرو.
٤. ځکه چې د ژوند له ملګري سره مو لږ مينه او محبت لرو.
۵. ځکه چې له ډېرو نورو سره اړيکې لرو او دا يې لامل دی.
٦. ځکه چې همداسې روزل شوي يو او تل په نورو شک کوو.
۷. ځکه چې په ژوند کې مو لاسوهنې کېږي او دا يې لامل دی.
۸. ځکه چې ښايي د ژوند ملګري مو پرځان ډېر ټيټ باور ولري.
۹. ځکه چې ډېرځله مو د ژوند د ملګري اړتياوو ته پام نه کوو.
۱۰. ځکه چې ډېرځله مو د ژوند ملګري له نورو سره پرتله کوو.
۱۱. ځکه چې خبرې پټوو او دا د شک او بدګمانۍ لامل کرځي.
۱۲. ځکه چې د ژوند د ملګري پر وړاندې مو څو ځله دروغ ويلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري سره روغه جوړه نه کوو؟

۱. ځکه چې د ارواپوهنې له مخې هوښیار نه یو.
۲. ځکه چې د بدلون په موخه مرسته نه غواړو.
۳. ځکه چې د درک او زغملو وړتیا مو کمه ده.
٤. ځکه چې د ګډ ژوند ملګری مو ناسم ارزوو.
۵. ځکه چې ډېرې پرېکړې په یوازې ځان کوو.
٦. ځکه چې د ژوند ملګري ته بده ژبه کاروو.
۷. ځکه چې له جنسي اړیکو یې خوښ نه یو.
۸. ځکه چې د ژوند ملګري د بدمرغۍ لامل ګڼو.
۹. ځکه چې جامې او عطرو یې په خوښه نه کاروو.
۱۰. ځکه چې د ژوند له ملګري نه ځان لوړ ګڼو.
۱۱. ځکه چې پخوانۍ ستونزې او ربړې نه حلوو.
۱۲. ځکه چې فکر کوو ټول مسایل یو ډول دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له لفظي شخړو ځان له ژغورو؟

۱. ځکه چې د خپل چلند مهارولو وړتیا نه لرو.
۲. ځکه چې په بېړه او ګړندي ډول عمل کوو.
۳. ځکه چې په پرېکړو کې ډېر غور نه کوو.
٤. ځکه چې بېلابېل مسایل لږ درک کوو.
۵. ځکه چې پرته له فکر او هوښه قضاوت کوو.
٦. ځکه چې په بې صبرۍ له وړاندې حکم کوو.
۷. ځکه چې په ځان فکر کوو او قناعت نه لرو.
۸. ځکه چې ډېرځله فکر کوو چې موږ په حقه یو.
۹. ځکه چې له خطر او بدو پایلو یې خبر نه یو.
۱۰. ځکه چې د خپل بدلون او اصلاح هڅې نه کوو.
۱۱. ځکه چې ستونزې مو له وړتیا څخه پورته دي.
۱۲. ځکه چې له بېلابېلو ستونزو سره مخ کېږو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني مېرمنې له خاوند نه کرکه کوي؟

۱. ځکه چې طبيعي توپيرونو ته يې ارزښت نه ورکوي.
۲. ځکه چې د نورو منفي او ناسمو خبرو ته غوږ نيسي.
۳. ځکه چې ځيني نارينه په خپلو مېرمنو کبر هم کوي.
٤. ځکه چې کله د مېرمنې خبرو ته سم غوږ نه نيسي.
۵. ځکه چې له کورنۍ او ملګرو سره ډېر بوخت شي.
٦. ځکه چې د خاوند د لا پېژندلو لپاره کوښښ نه کوي.
۷. ځکه چې ځيني نران خپله غوصه نشي مديريت کولی.
۸. ځکه چې تل په پخوانيو مسايلو باندې فکرونه کوي.
۹. ځکه چې مېرمنې ته د خبرو کولو وخت نه ورکوي.
۱۰. ځکه چې تل يې خاوند د کورنۍ لپاره ځان ځوروي.
۱۱. ځکه چې ځيني نارينه له مېرمنو سره ملګري نه دي.
۱۲. ځکه چې خيانت يې ويني او څه به نه شي کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند له ملګري سره ښو صمیمي کېدای؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلونونه په نظر کې نه نیسو.
۲. ځکه چې خپل احساسات مو د ژوند ملګري ته نه وایو.
۳. ځکه چې د ژوند ملګری مو احساسات نه شي درک کوی.
٤. ځکه چې د ژوند د ملګري عقایدو او نظر ته پام نه کوو.
۵. ځکه چې لامل پسې یې نه یو او هڅه نه کوو پیدا یې کړو.
٦. ځکه چې له بده مرغه واړه خو پرلپسې ګامونه نه اخلو.
۷. ځکه چې له لامل پرته یې په غیږ کې نه نیسو او نه ښکلوو.
۸. ځکه چې په دمګړی کې ژوند نه کوو او هرڅه سباته پرېږدو.
۹. ځکه چې د بدلون په عاطفي او جسمي اړخ سر نه خلاصوو.
۱۰. ځکه چې تېرې ترخې تجربې مو بیا بیا ځلې تکرااروو.
۱۱. ځکه چې هر چا سره مینه کول توپیر لري دا باید زده کړو.
۱۲. ځکه چې ښایي د ژوند د ملګري ښه اورېدونکي ونه اوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل ګډ ژوند وژغورو؟

۱. ځکه چې د ژوند ملګري د یوبل تر څنګ خوښ وي.
۲. ځکه چې ډېر ځله په بېلتون او طلاق کې خیر نه وي.
۳. ځکه چې مور یوازې نه یو ښایي نورهم اغېزمن شي.
٤. ځکه چې د موازي اړیکو او دوهم واده لامل ګرځي.
۵. ځکه چې که یې ونه ژغورو کورنی مو له لاسه وځي.
٦. ځکه چې له هره اړخه بل پوره انسان به پیدا نه کړو.
۷. ځکه چې په دوهم واده کې به هم همدا ستونزې وي.
۸. ځکه چې د ژوند هرې ستونزې ته حل لاره شته دی.
۹. ځکه چې که یې ونه ژغورو نورې ستونزې راټوکوي.
۱۰. ځکه چې هر ګډ ژوند خپل خاطرات له ځان سره لري.
۱۱. ځکه چې د دوو کورنیو تر منځ مینه او محبت ډېروي.
۱۲. ځکه چې یوه ننګونه ده او باید بریالي ترې را بهر شو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري بې وفايي ته چمتو يو؟

۱. ځکه چې له واده وړاندې مو خپلې سترګې پټې ساتلې وې.
۲. ځکه چې د يو بل فکر او نظر ته په ځير سره پام نه نيسو.
۳. ځکه چې د يو بل له ګډو مسوولیتونو څخه ښه خبر نه يو.
٤. ځکه چې د مقابل لوري ځانګړنې مو ښې نه دي پېژندلې.
۵. ځکه چې له يوه بې کاره او بې پروا سره مو واده کړی.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند لپاره روغو معيارونو ته ښه پام نه کوو.
۷. ځکه چې له پيله په ځير سره د مقابل لوري موخې نه ارزوو.
۸. ځکه چې له پخوا د خپل ژوند د ملګري په اړوند دقيق نه يو.
۹. ځکه چې بوخت يو او د مقابل لوري اړتياوو ته پام نه کوو.
۱۰. ځکه چې واده مو د تړاو او وابستګۍ پر بنسټ وه، نه د مينې.
۱۱. ځکه چې د ژوند ملګري سره ښې صميمي اړيکې نشو جوړولی.
۱۲. ځکه چې له واده نه وړاندې مو ارواپوه ته مراجعه نه ده کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې عاطفي اړتیاوو ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې عاطفي اړتیاوې مو د ژوند بنسټیزې اړتیاوې دي.
۲. ځکه چې د عاطفي اړتیاوو پوره کول د خوښۍ لامل گرځي.
۳. ځکه چې عاطفي اړتیاوې د گډ ژوند ارزښت خورا لوړوي.
٤. ځکه چې د عاطفي اړتیاوو پوره کول مور ته مینه راښیي.
۵. ځکه چې په دې سره له مقابل لوري عاطفي ملاتړ کولی شو.
٦. ځکه چې عاطفي اړتیاوې مو اړیکو کې مثبت هیجان ډېروي.
۷. ځکه چې د عاطفي اړتیاوو نه پوره کېدل اړیکې خرابوی شي.
۸. ځکه چې عاطفي اړتیاوې ملگرتیا او مینه نوره هم ټینگوي.
۹. ځکه چې عاطفي اړتیاوې مو د نېکمرغۍ لامل گرځېدلی شي.
۱۰. ځکه چې د عاطفي اړتیاوو پوره کېدل مو په هوښ اغېز کوي.
۱۱. ځکه چې د عاطفي اړتیاوو پوره کېدل مو ستونزې هواروي.
۱۲. ځکه چې عاطفي اړتیاوې په جنسي اړیکو پورې پوره اړه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې درغلي او بې وفايي کوو؟

۱. ځکه چې د یو بل عاطفي اړتیاوې سمې نه شو پوره کولی.
۲. ځکه چې په پوهه، مینه او خپله خوښه مو واده نه دی کړی.
۳. ځکه چې رټل شوي یو او موږ هم نور رټو او بی وفایي کوو.
٤. ځکه چې له پیله مو د کورنۍ او خپلوانو په خوښه واده کړی.
۵. ځکه چې بې ځایه تمې او مقابل لوری نورو سره پرتله کوو.
٦. ځکه چې ډېر ځله مو د ګډ ژوند ملګری نېغ په نېغه تهدیدوو.
۷. ځکه چې مینه او جنسي اړیکې مو د ځورونې وسیله ګرځولې.
۸. ځکه چې ډېر ځله خپل کار او ملګرو ته ډېر لومړیتوب ورکوو.
۹. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري عزت ساتلو ته ډېر ژمن نه یو.
۱۰. ځکه چې بې وفایي او درغلي مو په سمه توګه نه ده پېژندلې.
۱۱. ځکه چې د خیانت او بې وفایۍ له خطر او بدو پایلو نه یو خبر.
۱۲. ځکه چې د واده روغو معیارونو ته مو په سمه پام نه دی کړی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خيانت او درغلۍ نه لاس نه اخلو؟

۱. ځکه چې د خيانت له وروستيو پايلو څخه سم خبر نه لرو.

۲. ځکه چې نه پوهېږو خيانتونه مو مينه او محبت ببخي وژني.

۳. ځکه چې نه پوهېږو خيانت د انسان د بې باورۍ لامل گرځي.

٤. ځکه چې نه پوهېږو خيانت ښې کورنۍ له مينځه وړلی شي.

۵. ځکه چې نه پوهېږو د ماشومانو په روزنه ناوړه اغېز کوي.

٦. ځکه چې د خيانت وروستۍ پايله بېلتون، واټن او طلاق دی.

۷. ځکه چې خيانت او درغلي له قانوني ستونزو سره مل وي.

۸. ځکه چې نه پوهېږو بې وفايي د کورنۍ بنسټ له مينځه وړي.

۹. ځکه چې نه پوهېږو خيانت د اروايي ستونزو لامل کېدی شي.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو که خيانت وکړو، له موږ سره خيانت کېږي.

۱۱. ځکه چې نه پوهېږو خيانت د انسان ذهن او ارواه ځپلی شي.

۱۲. ځکه چې نه پوهېږو خيانت او درغلي مو روږدتيا ته اړباسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جوړې د يوبل له توپيرونو خبرې شي؟

۱. ځکه چې په نشتوالي کې يې ژوند د شخړو پر لور ځي.
۲. ځکه چې په اسانۍ به د يوبل له ځانګړنو څخه خبر شي.
۳. ځکه چې په خبرتيا سره به هر څه سم مديريت کړی شو.
٤. ځکه چې له پوهې پرته به مينه او محبت کمزوری شي.
٥. ځکه چې په دې سره به يوبل ته ډېر ارزښت ورکړی شو.
٦. ځکه چې نارينه او ښځينه له يو بل سره ډېر توپير لري.
۷. ځکه چې ښې جوړې له توپيرونو څخه خوند اخلي، نه رنځ.
۸. ځکه چې د توپيرونو نه شتون مو ژوند کمزوری کوی شي.
۹. ځکه چې ښځينه د نارينه وو په پرتله ډېرې احساسي وي.
۱۰. ځکه چې ډېری نارينه مصنوعی او بې خبره چلند کوي.
۱۱. ځکه چې په پوهېدو سره به له يوبله خپلې تمې راکمې کړو.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له خبرتيا پرته يو بل نشو درک کولی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه له خپلو مېرمنو سره مهربان نه دي؟

۱. ځکه چې فکر کوي مهرباني يې د اوږدې مودې لپاره بسنه کوي.
۲. ځکه چې مسايل د مېرمنې له نظره نه، بلکې له خپل انده تفسيروي.
۳. ځکه چې نارينه د ستونزو د حل، مېرمنې د درک غوښتونکې دي.
٤. ځکه چې مېرمنې ډېر ځله د خپل زړه خبره په ښکاره نشي کولی.
۵. ځکه چې مېرمنې فکر کوي نارينه خپلې مېرمنې ښې نه درک کوي.
٦. ځکه چې ډېری نارينه وابسته مېرمنو ته ډېر نه، لږ ارزښت ورکوي.
۷. ځکه چې ځيني مېرمنې فکر کوي نارينه بايد ډېره قرباني ورکړي.
۸. ځکه چې ځيني نارينه فکر کوي مېرمن يې تل کينه او بخيلي کوي.
۹. ځکه چې نارينه فکر کوي که مهربانه شي مېرمن به نازولې شي.
۱۰. ځکه چې ډېری نارينه د مېرمنو په اړوند له ځانه قضاوتونه کوي.
۱۱. ځکه چې ډېری نارينه احساس کوي مېرمنه يې پرې باور نه لري.
۱۲. ځکه چې ډېری نارينه جنسيت او نرتوب ته ډېر ارزښت ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نارینه ټولې چارې سرته ونه رسوو؟

۱. ځکه چې نارینه د نورو له لوري کنټرول نه خوښوي.

۲. ځکه چې چمتو دی خپلې چارې په خپله سرته ورسوي.

۳. ځکه چې فکر کوي مېرمن يې ورباندې باور نه لري.

٤. ځکه چې د خاوند او مېرمنې اړيکې عادت ته رسيږي.

۵. ځکه چې دا کار مو د خاوند تمې بې کچې لوړولی شي.

٦. ځکه چې نارينه دا ډول چارې يو ډول سستي ګڼي.

۷. ځکه چې دا چاره مېرمن د خاوند لپاره مور جوړوي.

۸. ځکه چې په دې سره مو د خاوند خصوصي حريم ساتو.

۹. ځکه چې نارينه د مېرمنې په دې کار بې مسووليته کيږي.

۱۰. ځکه چې د وخت په تېرېدو سره مو دا چاره دنده ګرځي.

۱۱. ځکه چې دا چاره د دواړو لورو تر مينځ همکاري کموي.

۱۲. ځکه چې په دې کار سره نارينه د ستړيا احساس کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه د خپلې مېرمنې له زده کړو او ودې نه وېره لري؟

١. ځکه چې غواړي د خپلې مېرمنې کنټرول تل په لاس کې ولري.
٢. ځکه چې ډېری نارینه زورو، مهاروونکي او اداره کوونکي دي.
٣. ځکه چې ځیني مېرمنې له ډېرې ودې وروسته غرور پیدا کوي.
٤. ځکه چې زموږ د ټولنې ټولنیز جوړښت دودیز او تړلی شوی.
٥. ځکه چې نارینه نه غواړي له مېرمنې یې کم او سست اوسي.
٦. ځکه چې د ډېری نارینه وو په لاشعور باندې منفي اغېزه کوي.
٧. ځکه چې همداسې روزل شوي او تل ځان مخکې مخکې کوي.
٨. ځکه چې په دې نه پوهیږي چې د مېرمنو وده یې خپله وده ده.
٩. ځکه چې کله کله د نارینه وو خپلوان په دې کې لاسوهنه کوي.
١٠. ځکه چې کله هم د فردي توپیرونو په اړه نه لولو او نه پوهېږو.
١١. ځکه چې راته ویل کېږي: مه پرېږده مېرمن دې درنه لوړه شي.
١٢. ځکه چې نه پوهېږو انسان که نارینه وي یا ښځینه، وده غواړي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې هڅه ونه کړي چې د خاوند عادتونه بدل کړي؟

۱. ځکه چې په نړۍ کې د ډېرى نارينه وو د خواشينى دليل دى.
۲. ځکه چې نارينه د نورو تر کنټرول لاندې راتلل نشي زغملی.
۳. ځکه چې نارينه زورواکي دي او په خپله خوښه ژوند کوي.
٤. ځکه چې مېرمنې نه پوهيږي چې نارينه بايد کنټرول نه کړي.
۵. ځکه چې په دې سره د يوې جوړې تر مينځ واټن پيدا کيږي.
٦. ځکه چې احساس کوي کم او د نورو ترلاس لاندې شوي دي.
۷. ځکه چې نارينه به د کمۍ، سترړيا او ناروغۍ احساس وکړي.
۸. ځکه چې نارينه او مېرمنې غواړي يوازې مينه ورسره وشي.
۹. ځکه چې نه پوهيږي ګډ کورنی ژوند ډېر احتياط ته اړتيا لري.
۱۰. ځکه چې نارينه خپل ځان سپک، پړ او بدبخته احساسولی شي.
۱۱. ځکه چې په دې کار سره له مينې او محبت څخه محروميږي.
۱۲. ځکه چې په نارينه وو کې بايد په ناخبره توګه بدلونونه راشي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپل ګډ ژوند اړيکې بيا ورغوو؟

۱. ځکه چې په دې سره به له ژوند څخه ډېر خوند واخلو.
۲. ځکه چې د مينې او محبت ارزښت بايد ښه او سم کړو.
۳. ځکه چې خپلمينځي اړيکې بايد ښې او سمې ورغول شي.
٤. ځکه چې په دې سره به مو کورنۍ له ستونزو وژغورو.
۵. ځکه چې بايد وپوهېږو مېرمنې ډېر محبت ته اړتيا لري.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري سره بايد روغې اړيکې ولرو.
۷. ځکه چې د اړيکو رغول مقابل بدلون ته لاره هواروي.
۸. ځکه چې د اړيکو رغول د همغږۍ او سمون لامل ګرځي.
۹. ځکه چې دا د ژوند په اړيکو کې مهرباني ببخې ډېروي.
۱۰. ځکه چې ښې اړيکې د شړل کېدو بد حس له مينځه وړي.
۱۱. ځکه چې روغې اړيکې، نبغ په نېغه پر ماشوم اغېزه کوي.
۱۲. ځکه چې د اړيکو رغول درغلي او خيانت له مينځه وړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کسان خيانت او بې وفايي نه کوي؟

۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلون ته پوره پاملرنه کوي.
۲. ځکه چې تل د يو بل پر وړاندې ريښتيني او څرګند دي.
۳. ځکه چې له ځان سره يې وعده کړې او خيانت نه کوي.
٤. ځکه چې يو بل ته درناوی لري او سپکاوی هم نه کوي.
۵. ځکه چې د خپل ګډ ژوند ملګری په خپله ښه او ښه مني.
٦. ځکه چې ډېر ځله يو بل په کلکه هڅوي او ملاتړ يې وي.
۷. ځکه چې د يو بل عاطفي او جنسي اړتياو ته پوره پام کوي.
۸. ځکه چې کورنۍ ته هم د کار په کچه ارزښت ورکوي.
۹. ځکه چې هېڅکله بې عزتي، توهين او سپکول نه کوي.
۱۰. ځکه چې محرم، راز داره او د سختو شېبو ملګري وي.
۱۱. ځکه چې تل د يو بل پر وړاندې خپلو کړنو ته پام کوي.
۱۲. ځکه چې د قضاوت نه، بلکې د خوند اخيستلو هڅې کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګرې یوازې پرې نه ږدو؟

۱. ځکه چې د شړل کېدو او یوازیتوب احساس کوي.
۲. ځکه چې د بې ارزښته پاتې کېدو احساس کوي.
۳. ځکه چې یوازیتوب د روږدتیا لامل هم کېدی شي.
٤. ځکه چې د نهیلی او ژورخپګان لامل کېدای شي.
۵. ځکه چې د ځان کمی او حقارت احساس به وکړي.
٦. ځکه چې د واده په ژمنه باندې بې باوره کېږي.
۷. ځکه چې یوازیتوب مو له یو بله لرې کولی شي.
۸. ځکه چې په دې کار سره ناروغه او ستړې کېږي.
۹. ځکه چې مېرمنې ملاتړ او لاسنیوې ته اړتیا لري.
۱۰. ځکه چې بېلتون د دواړو د اړیکې کمرنګه کوي.
۱۱. ځکه چې د یو بل تر څنګ شتون کورنۍ آراموي.
۱۲. ځکه چې ښایي درغلی ته مخ کړي او بدل واخلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو مېرمنې ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې د دواړو لورو یوه ذهني او عاطفي اړتیا ده.
۲. ځکه چې په کورني ژوند کې ډېر زیات ارزښت لري.
۳. ځکه چې یو بل ته پاملرنه مو پرځان باور ډېرولی شي.
٤. ځکه چې مقابل لوري ته پام کور کې مینه ډېرولی شي.
٥. ځکه چې یو بل ته پام د خیانت او بې وفایۍ مخه نیسي.
٦. ځکه چې که مقابل لوري ته پام وکړو، موږ ته هم کېږي.
۷. ځکه چې پاملرنه مینه، وده او پوره والی ډېرولی شي.
۸. ځکه چې د شک او بې ځایه قضاوتونو نه مخنیوی کوي.
۹. ځکه چې مرسته کوي له جنسي اړیکو څخه خوند واخلو.
۱۰. ځکه چې یو بل ته پاملرنه متقابل درناوی مینځ ته راوړي.
۱۱. ځکه چې یو بل ته په پاملرنې سره به یو بل ښه وپیژنو.
۱۲. ځکه چې ریښتینې هوساینه یوبل ته په پاملرنه کې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې وخت ورکولو ته په ګډ ژوند کې ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې وخت ورکول مو خپل مینځي مینه ډېروی شي.
۲. ځکه چې زموږ ذهني انځورونې مثبتې او پیاوړې کوي.
۳. ځکه چې ذهن، اندونه، کړنې او چلند مو سم او مثبتوي.
٤. ځکه چې د مقابل لوري په اړوند به ناسم فکرونه نه کوو.
۵. ځکه چې مرسته کوي د وېرې احساس مو ډېر راکم شي.
٦. ځکه چې د ژوند ملګري سره مو اړیکې سمې او رغوي.
۷. ځکه چې په ورځنیو چارو کې نظم او ترتیب پیدا کوي.
۸. ځکه چې په ورځني ژوند کې اروایي ستونزې کمولی شي.
۹. ځکه چې وخت ورکول له روږدتیا څخه هم مخنیوی کوي.
۱۰. ځکه چې مرسته کوي دواړه لوري ګډو موخو ته ورسیږي.
۱۱. ځکه چې مرسته کوي پر یو بل باور او اعتماد پیدا شي.
۱۲. ځکه چې د روغ او نوښت ګر فکر لامل ګرځېدلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري ملاتړ وکړو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګرتیا کې مو اړتیا ده.
۲. ځکه چې مقابل لوری به ستاسو پاملرنه حس کړي.
۳. ځکه چې په یوازیتوب به د ستونزو حل سخت وي.
٤. ځکه چې ملاتړ مو د ګډ ژوند اړیکې غځولی شي.
۵. ځکه چې ملاتړ کول مو ژوند ته هیله مندي ډېروي.
٦. ځکه چې ملاتړ مو د ریښتینې هوساینې لامل ګرځي.
۷. ځکه چې ملاتړ، مقابل لوری په ځان باوري کوي.
۸. ځکه چې د ملاتړ له امله به د ارزښت احسای وکړو.
۹. ځکه چې ملاتړ، د بې ارزښته کېدو مخنیوی کوي.
۱۰. ځکه چې ملاتړ، د ډېرې ستونزو څخه مخنیوی کوي.
۱۱. ځکه چې په ملاتړ سره ملاتړ تر لاسه کولی شو.
۱۲. ځکه چې په ملاتړ سره به له ورو خبرو خوند واخلو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ګډ ژوند له لاسه وځي؟

۱. ځکه چې په تاوتریخوالي چلند کوو او مخته ځو.
۲. ځکه چې له واده شخه مو خوښ او راضي نه یو.
۳. ځکه چې ډېر فکري او نظري توپیرونه سره لرو.
٤. ځکه چې یو بل ته درناوی او ارزښت نه ورکوو.
۵. ځکه چې د کورنۍ له شرایطو سره جوړ نه راځو.
٦. ځکه چې ښایي کوم بل څوک په کې لاس ولري.
۷. ځکه چې ډېرځله یو بل نه زغمو او نه درک کوو.
۸. ځکه چې کله کله یې جبري ودونه هم لامل ګرځي.
۹. ځکه چې ډېرځله مو خپل مینځي ستونزې نه حلوو.
۱۰. ځکه چې د یو بل غوښتنې په سمه توګه نه پوره کوو.
۱۱. ځکه چې ښایي روږدتیا او اروایي ستونزې ولرو.
۱۲. ځکه چې له یو بل سره سني او بدني توپیرونه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګډ ژوند کې مینې ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې مینه مو ژوند ته هیله مندي ډېروي.
۲. ځکه چې مینه د ګډ ژوند ارزښتمنده اړتیا ده.
۳. ځکه چې ګډې اړیکې مو قوي او پیاوړې کوي.
٤. ځکه چې ګډ کورني ژوند ته مو خوند ورکوي.
۵. ځکه چې خپل مینځي باورونه مو ښه او ډېروي.
٦. ځکه چې ژوند ته مو حرکت او انګېزه ورکوي.
۷. ځکه چې مرسته کوي د کورنۍ فضا ورغول شي.
۸. ځکه چې د دواړو تر مینځ اتحاد او اتفاق ډېروي.
۹. ځکه چې په کورنۍ مو نېکمرغي راوستی شي.
۱۰. ځکه چې د دواړو پر ځان باور ډېر لوړولای شي.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ له هوسایني سره مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې مرسته کوي تر څو ښې پرېکړې وکړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري پر موږ بې باوره کېږي؟

۱. ځکه چې یو بل نه پېژنو او په اړوند يې مالومات نه لري.
۲. ځکه چې د کوژدې اوږدېدو لاره ورته هواره کړې ده.
۳. ځکه چې د ګډ ژوند په اړیکو کې د امن احساس نه لري.
٤. ځکه چې ځيني رازونه لري او له رسوايۍ يې وېرېږي.
۵. ځکه چې د خپلې بې باورۍ اصلي لامل مو نه دی موندلی.
٦. ځکه چې بدلون منل مو لږ او شک کول مو ښېخي ډېر دی.
۷. ځکه چې زموږ کړنو او خبرو لاره ورته هواره کړې ده.
۸. ځکه چې د ژوند د ملګري په ښو اړیکو خبرې نه کوي.
۹. ځکه چې د ژوند له ملګري سره په دې اړوند ناسته نه کوي.
۱۰. ځکه چې د ژوند له ملګري سره مینه او مهرباني نه کوي.
۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري ته ښکاره راپوروونه نه کوي.
۱۲. ځکه چې د ستونزو د حل پر موخه ځانغوښتنې ته مخه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري سره عادت (ونه تړل) شو؟

۱. ځکه چې فردي آزادي راڅخه اخیستل کېږي.
۲. ځکه چې له ژونده به خوند وانه خیستی شو.
۳. ځکه چې کور به زموږ لپاره سم زندان شي.
٤. ځکه چې د یو بل د محدودیت هڅې به وکړو.
۵. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري به په ځان تړو.
٦. ځکه چې د ژوند اړیکې به مو بې خونده شي.
۷. ځکه چې پر ځان باور به مو لا ډېر کم شي.
۸. ځکه چې د ځان کمۍ حس به مو لا ډېر شي.
۹. ځکه چې په اړیکو کې به د کینې لامل شي.
۱۰. ځکه چې کورنی ژوند به مو ډېر سخت شي.
۱۱. ځکه چې په یو بل پورې تړل مو محوه کوي.
۱۲. ځکه چې له پیوستون څخه مو لرې کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري ونه ډبوو؟

۱. ځکه چې وهل له انساني کرامت سره نه جوړېږي.

۲. ځکه چې په وهلو ډبولو ستونزې نه دي حل شوي.

۳. ځکه چې اړیکې مو سستې او ترینګلي کولی شي.

٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې باور له مینځه وړی شي.

۵. ځکه چې د مینې کولو لپاره بیا موقع نه پیدا کېږي.

٦. ځکه چې ګډ ژوند د آرامۍ او هوساینې لپاره وي.

۷. ځکه چې ښایي ناوړه کړنې نورې هم ډېرې کړي.

۸. ځکه چې په ژوند کې افراطي سرغړونې ډېروي.

۹. ځکه چې قانوني او عدلي پایلې له ځان سره لري.

۱۰. ځکه چې هېڅ چا په ډبولو ژوند نه دی جوړ کړی.

۱۱. ځکه چې د حل په موخه نورې حل لارې هم شته.

۱۲. ځکه چې وهل ظلم، تاوتریخوالی او بې عزتي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ګډ کورنی ژوند مناسب نه دی؟

۱. ځکه چې ښايي د يو بل توپيرونه مو نه وي منلي.
۲. ځکه چې ښايي د مقابل لوري د زغملو وړ نه يو.
۳. ځکه چې ښايي د تلويزيوني سريالونو پېښې وکړو.
٤. ځکه چې د ژوند ملګری مو بېکاره او بې پلانه دی.
۵. ځکه چې د ژوند ملګري ته پوره وخت نه ورکوو.
٦. ځکه چې خپل ظاهري حالت ته پوره پام نه کوو.
۷. ځکه چې د مقابل لوري ظاهري توپير ته پام نه کوو.
۸. ځکه چې د مقابل لوري له ملګرو سره کينه کوو.
۹. ځکه چې خپل او د نورو تېر ژوند بيا بيا يادوو.
۱۰. ځکه چې د راتلونکي ژوند لپاره ښه پلان نه لرو.
۱۱. ځکه چې له يو بل سره خبري او خواخوږي نه کوو.
۱۲. ځکه چې د ژوند ملګري ته د خپلې ستونزې نه وايو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند د ملګري بدلول غواړو؟

۱. ځکه چې نه پوهېږو څېني ځانګړنې د بدلون وړ نه دي.
۲. ځکه چې له واده وړاندې يې له ځانګړنو ښه خبر نه وو.
۳. ځکه چې واده مو د ناسمو معيارونو پر بنسټ شوی دی.
٤. ځکه چې ښايي هر څه پر خپل ځای او پوره وغواړو.
۵. ځکه چې د ژوند ملګري سره مينه نه لرو او بدلوو يې.
٦. ځکه چې د مقابل لوري ډېرې عادتونه ځوروونکي دي.
۷. ځکه چې نه پوهېږو انسان ته بدلون ورکول، سخت دي.
۸. ځکه چې غواړو د ژوند ملګري مو زموږ په څېر شي.
۹. ځکه چې نه پوهېږو، که خپله ونه غواړي بدلون نه کوي.
۱۰. ځکه چې په ځان دروغجن باور لرو يا په ځان ډېر مين يو.
۱۱. ځکه چې د ځان کمی احساس کوو او زغملی يې هم نشو.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو څېني ځانګرنې نه بدلېدونکې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د څو مېرمنو لرل ستونزمن وي؟

۱. څکه چې په عاطفه کې د څو مېرمنو شریکول سخت دي.
۲. څکه چې مېرمنې به يې تل خاوند وارزوي او وخوروي.
۳. څکه چې دواړه؛ لومړۍ يا وروستۍ ځان په حقه ګڼلې شي.
٤. څکه چې په يو وخت کې د دواړو اړتيا نه شي پوره کولی.
۵. څکه چې هېڅ مېرمنه د خاوند په زړه کې بله مينه نه مني.
٦. څکه چې مېرمنو د ګډ ژوند ښه مهارتونه نه دي زده کړي.
۷. څکه چې د مېرمنو جنسي اړتياوو ته سمه پاملرنه نکېږي.
۸. څکه چې نه يو خبر نن سبا ګډ ژوند ډېر پېچلی شوی دی.
۹. څکه چې د مېرمنو عاطفي اړتياوو ته سم پام نه شو کولی.
۱۰. څکه چې په مېرمنو کې د نارينه وو په پرتله کينه ډېره وي.
۱۱. څکه چې ډېری د څو مېرمنو لرونکي نارينه روغ نه وي.
۱۲. څکه چې له يو بل سره همغږي نه دي او همکاري نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ځيني ملګري د زغملو وړ نه وي؟

۱. ځکه چې ځيني له يو بل څخه ډېرې غوښتنې کوي.
۲. ځکه چې ځيني جوړې خپل مينځي درناوی نه لري.
۳. ځکه چې د يو بل خصوصي حريم کې لاسوهنه کوي.
٤. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند ملګري ته پاملرنه نه کوي.
۵. ځکه چې د مقابل لوري پرېکړو ته پاملرنه نه کوي.
٦. ځکه چې له خاوند او کورنۍ سره يې بد چلند کوي.
۷. ځکه چې د غوسي په وخت کې يو بل نه شي زغمی.
۸. ځکه چې کېدای شي د ژوند په ملګري شک ولري.
۹. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په هکله مو شک کوو.
۱۰. ځکه چې کله کله مو جوړه خپل شخصي ملکيت ګڼو.
۱۱. ځکه چې توپيري چلند او يوازې پر ځان يې فکر وي.
۱۲. ځکه چې ځيني جوړې ډېر عمري توپير سره لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند پر ملګري شک کوو؟

۱. ځکه چې نه پوهېږو دا کار مو د مینې د وژلو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې شک کوونکي کسان په خپل ځان هم شکونه کوي.
۳. ځکه چې ښايي خپل او د نورو خصوصي حريم ونه پېژنو.
٤. ځکه چې ښايي مور هم ملامت واوسو، خو نه يې شو زغمی.
۵. ځکه چې د شک له مينځ وړولو په موخه خبرې نه سره کوو.
٦. ځکه چې نه پوهېږو ډېر شک کول یوه اروايي ګډوډي وي.
۷. ځکه چې له خیانت نه وېرېږو او ښايي دا یوازې وېره وي.
۸. ځکه چې نه پوهېږو شک مو پر ګډو اړیکو منفي اغېز کوي.
۹. ځکه چې ځيني مېرمنې د نارینه له بدلون غوښتنی نه وي خبر.
۱۰. ځکه چې ښايي له شک کوونکو کسانو سره په اړیکو کې وي.
۱۱. ځکه چې له واده وړاندې د ملګري په ټاکنه کې پاملرنه نه کوو.
۱۲. ځکه چې پر ملګري مو باور نه لرو او باید باور مو ورغوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې مينه ناکې جملې نشي کارولی؟

۱. ځکه چې ښايي له ميندو او پلورنو يې زده کړي وي.
۲. ځکه چې ويريږي په دې يې ملګری خپلسری نشي.
۳. ځکه چې د دې چارې له مثبتو اغېزو نه خبر نه دي.
٤. ځکه چې نه پوهيږي د داسې جملو کارول جادو کوي.
۵. ځکه چې نه پوهيږي د دې جملو کارول مينه پيدا کوي.
٦. ځکه چې ملګری کله نا کله له ډېرې مينې نه وېريږي.
۷. ځکه چې ښايي دواړو لورو يو بل نوي سره زغملي.
۸. ځکه چې ښايي له پخوا په سړو اړيکو عادت شوي وي.
۹. ځکه چې د يو بل اړتياوې نه پيژني او دا هم يوه اړتيا ده.
۱۰. ځکه چې د ژوند له ملګري څخه خوښ او خوشاله نه دي.
۱۱. ځکه چې له مقابل لوري سره مينه نه لري او سخت دي.
۱۲. ځکه چې نه پوهيږي د ژوند د ملګرو تر مينځ شرم نه وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري ته پاملرنه نه کوو؟

۱. ځکه چې ښايي د ژوند له ملګري سره مينه ونه لري.
۲. ځکه چې کېدای شي زموږ اړتياوې پوره نشي کړای.
۳. ځکه چې ښايي زموږ د کنټرول کولو کوښښ وکړي.
۴. ځکه چې نه پوهېږو خپل ژوند مو لا نور هم سختوو.
۵. ځکه چې حساس يو او پاملرنې ته ارزښت نه ورکوي.
۶. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په ژبه خبرې نه کوي.
۷. ځکه چې تل له موږ څخه نيوکه، شکايت او ګيلې کوي.
۸. ځکه چې له بده مرغه ملګرى مو سم نه دى درک کړى.
۹. ځکه چې ژوند ته مو درناوى نه لرو او ستاينه نه کوو.
۱۰. ځکه د زړه خبرې او اړتياوې د ژوند ملګري ته نه وايو.
۱۱. ځکه چې په خپل ګډ ژوند کې مينه ناکې جملې نه کاروو.
۱۲. ځکه چې د دې ستونزې د حل لپاره مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند د ملګري خبرې واورو؟

۱. ځکه چې د جوړو تر مینځ صمیمیت ډېرولی شي.
۲. ځکه چې د مقابل لوري احساس به مو درک کړو.
۳. ځکه چې مرسته کوي اړیکې مو خوندورې شي.
٤. ځکه چې کله کله خپله اوریدل د درک لامل ګرځي.
۵. ځکه چې په اوریدو سره به ورسره خواخوږي شو.
٦. ځکه چې د خبرو اوریدل یې د قضاوت مخه نیسي.
۷. ځکه چې خبرې شک او ناسم پوهنه له مینځه وړي.
۸. ځکه چې د ژوند ملګری مو د ارزښت احساس کوي.
۹. ځکه چې د دواړو تر مینځ اختلافونه راکمولی شي.
۱۰. ځکه چې ډېری اوریدنې د ښښنې لامل ګرځېدای شي.
۱۱. ځکه چې په اوریدو سره مو د ژوند ملګري هڅوی.
۱۲. ځکه چې اوریدنه د خیانت او بې وفایی مخه نیسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله د ګډ ژوند اړیکې بریالۍ نه وي؟

۱. ځکه چې پر جوړه مو سخت قضاوتونه کوو.

۲. ځکه چې د جوړې پر کړنو مو تاپې لګوو.

۳. ځکه چې تل مو د ګډ ژوند ملګری سپکوو.

٤. ځکه چې د جوړې پخوانۍ مخینه نه هېروو.

۵. ځکه چې خپله جوړه له نورو سره پرتله کوو

٦. ځکه چې تل مو خپله جوړه رټو او سپکوو.

۷. ځکه چې له جوړې نه مو سمه ستاینه نه کوو.

۸. ځکه چې ښايي يو بل ته د مينې اظهار نه کوو.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري مرسته نه کوو.

۱۰. ځکه چې ډېرځله مو د ملګري خواخوږی نه یو.

۱۱. ځکه چې د ملګري احساساتو ته پاملرنه نه کوو.

۱۲. ځکه چې له اروايي مشورو ښخه ګټه نه اخلو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې ذهني کوږوالي ته اجازه ورنه کړو؟

۱. ځکه چې د ژوند د ملګري په اړه مو ليدلوری محدودوي.

۲. ځکه چې يوازې د ملګري ناسمو کړنو ته مو پام وراوړي.

۳. ځکه چې کولی شي له لاملونو پرته مو اړيکې سرې کړي.

٤. ځکه چې ذهني کوږوالی مو د ملګري چلند منفي کولی شي.

۵. ځکه چې په دې سره به مو په ارزونه کې اغراق کړی وي.

٦. ځکه چې لامل ګرځي تر څو پر يو بل بېلابېلې ټاپې ووهو.

۷. ځکه چې ښايي د ژوند واقعيتونه، تور يا سپين تفسير کړو.

۸. ځکه چې ښايي د ژوند لويې پېښې وړې او يا بې پايلې کړو.

۹. ځکه چې فکرونه مو په افراطي ډول مثبت او منفي کوي.

۱۰. ځکه چې ښايي د کړنو مسووليت مو وانه خلو او بدتره شو.

۱۱. ځکه چې ښايي د ژوند ملګری مو د ستونزو مسوول وګڼو.

۱۲. ځکه چې ښايي شرايط له هغه څه نه چې دي بد تفسر کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند ملګري بې حوصلې کېږي؟

۱. ځکه چې ښايي کاري ستړسونه به ولري.

۲. ځکه چې ښايي ملګرى مو وېرې ولري.

۳. ځکه چې ډېر مسوولیتونه ور په غاړه وي.

٤. ځکه چې د اولاد روزنه ډېره سخته وي.

۵. ځکه چې کوم ځانګړى نوښت نه لري.

٦. ځکه چې سپورت ته ارزښت نه ورکوي.

۷. ځکه چې تل بې کنټرولوو او خارو يې.

۸. ځکه چې ښايي د وسواس ګډوډي ولري.

۹. ځکه چې نه پوهېږي اړيکې يې زيانويني.

۱۰. ځکه چې ښايي زموږ ژوند سوړ او تور وي.

۱۱. ځکه چې مېلمه پاله يو او يو بل ته وخت نه لرو.

۱۲. ځکه چې بې پلانه او يو بل سره تفريح نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د ژوند ملګري روږدي کېږي؟

۱. ځکه چې له ملګري سره مو مينه نه لرو.

۲. ځکه چې اړتياوو ته يې پاملرنه نه کوو.

۳. ځکه چې هڅه کوو ملګرى مو کنټرول کړو.

٤. ځکه چې خپل ژوند مو سخت کړى دى.

۵. ځکه چې حساس يو او ناليدلي يې نيسو.

٦. ځکه چې په ښه او نرمه لهجه خبرې نه کوو.

۷. ځکه چې تل مو پر جوړه باندې نيوکې کوو.

۸. ځکه چې د ژوند ملګري مو نه درک کوو.

۹. ځکه چې د ژوند د ملګري ستاينه مو نه کوو.

۱۰. ځکه چې جوړې ته مو د زړه خبرې نه کوو.

۱۱. ځکه چې له مينه ناکو جملو ګټه نه پورته کوو.

۱۲. ځکه چې له اروا پوه څخه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند له ملګري سره قهرجن کېږو؟

۱. ځکه چې يو بل ته له کچې ډېر مسوولیتونه ورکوو.
۲. ځکه چې ښايي غوښتنې لوړې او ډېرې شوې وي.
۳. ځکه چې ښايي د چارو لومړيتوبونو ته پام نه کوو.
٤. ځکه چې خپل مسوولیتونه په سمه سرته نه رسوو.
۵. ځکه چې کړنې مو د مقابل لوري لپاره شکمنې دي.
٦. ځکه چې ملګري مو له شخصي ستونزو نه خبروو.
۷. ځکه چې ښايي ژوند به يې ستړی او ستړسي وي.
۸. ځکه چې د ژوند ملګري مو سم نه شو درک کولی.
۹. ځکه چې اړتیاوې مو سمې او ښې نه دي پوره کړي.
۱۰. ځکه چې کورنی، ملګري او ژوند مو نه دی ټاکلی.
۱۱. ځکه چې ملګري ته سمې خبرې ناسم وخت کې کوو.
۱۲. ځکه چې د غوصې د مدیریت مهارت مو نه دی زده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګڼ کورني ژوند کې نوښت نه لرو؟

۱. ځکه چې په ټوله کې له نوښت څخه سم نه يو خبر.

۲. ځکه چې نه پوهېږو چې ژوند ته خوښي وربښي.

۳. ځکه چې نه پوهېږو نوښت او بدلون ډېر اغېز کوي.

٤. ځکه چې نه پوهېږو مينه مو ځلانده او روښانه کوي.

۵. ځکه چې نه پوهېږو نوښت ژوند کې بدلون راوړي.

۶. ځکه چې نه پوهېږو د درغلۍ او بې وفايۍ مخه نيسي.

۷. ځکه چې فکر کوو نوښت ډېر سخت او ستونزمن دی.

۸. ځکه چې په ټوليز ډول له خپل ژونده مالومات نه لرو.

۹. ځکه چې سستي کوو او په يو ډول ژوند، عادت يو.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو نوښت له وړو وړو کړنو پيلېږي.

۱۱. ځکه چې په ټوله کې له نوښت او بدلون نه وېره لرو.

۱۲. ځکه چې کله کله نوښت بد ګڼو او ترې لرې کېږو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پخوانۍ مينه او ټاکنه هېره کړو؟

۱. ځکه چې اوس يوه بل حريم او کورنۍ ته ورننوتي يو.
۲. ځکه چې د پخوانيو پېښو او اړيکو ارمان عبث کار دی.
۳. ځکه چې په دوام به يې اوسني اړيکې هم زيانمنوی شي.
٤. ځکه چې که مقابل لوری خبر شي په ذهن يې اغېز کوي.
۵. ځکه چې له اوسني ملګري مو سړولی او صبرولی شي.
٦. ځکه چې اخر يې هم هېروو، ښه ده چې اوس يې هېر کړو.
۷. ځکه چې د ژوند اوسنی ملګری مو دا کار نشي زغملی.
۸. ځکه چې د اوسني ملګري د شک او ترديد لامل ګرځي.
۹. ځکه چې يو پخوانی متل وايي، چې بد ګرځي بد به پرځي.
۱۰. ځکه چې وخت بايد له لاسه ورنه کړو اخر يې هېروی شو.
۱۱. ځکه چې که دا اړيکې هېرې نه کړو وروسته پښېمانه کېږو.
۱۲. ځکه چې دا واقعيت نه، بلکې يو حس وه او بايد هېر يې کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې ډېرې بريالۍ دي؟

۱. ځکه چې کړنې يې روغې او بدلون منونکې دي.
۲. ځکه چې ښايي ښه وختونه تل يادوي او تکراروي.
۳. ځکه چې تل يې خپل ملګري ته خپله مينه ورکړې.
٤. ځکه چې يوازې پرېکړې نه کوي، تل مشوره کوي.
۵. ځکه چې د فزيکي شتون سره فکري شتون هم لري.
٦. ځکه چې خپل سر او خبرې ته په ځير سره پام کوي.
۷. ځکه چې د يو بل پر وړاندې همغږۍ ته وده ورکوي.
۸. ځکه چې تل د بدو او نيوکو پر ځای حل لاره مومي.
۹. ځکه چې تل نه هېرېدونکي مراسم او محفلونه جوړوي.
۱۰. ځکه چې تل پر بدګمانيو نه بلکې په ريښتياوو پسې ګرځي.
۱۱. ځکه چې له يو بل سره مساويانه چلند او ستونزې حلوي.
۱۲. ځکه چې ښايي يو بل ته درناوی کوي او آزادي ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې تل د ځينو ملګرو په خوله "نه" وي؟

۱. ځکه چې تل د هيلو او غوښتنو په حال کې وي.
۲. ځکه چې له خپلې ژبې سره سم احتياط نه کوي.
۳. ځکه چې نه پوهيږي غوښتنې څنګه مطرح کړي.
٤. ځکه چې تل له خپلو اړيکو څخه ناسمه ګټه اخلي.
۵. ځکه چې د ژوند له ملګري سره سم چلند نه کوي.
٦. ځکه چې خپلې غوښتنې له منطقي لارو نه وايي.
۷. ځکه چې د ژوند ملګري ته د خبرو وار نه ورکوي.
۸. ځکه چې ښايي خپله هم د ژوند ملګري ته "نه" ووايو.
۹. ځکه چې له ملګري سره په ښه بڼه خبرې نه کوو.
۱۰. ځکه چې که هو يې هم ويلې مننه نه ده ترې شوې.
۱۱. ځکه چې خصوصي ستونزې يې نه دي درک شوي.
۱۲. ځکه چې په مناسب وخت کې غوښتنې نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري له شو هوسا کولی؟

۱. ځکه چې له ملګري سره مو مينه لرو، خو تل يې پټوو.
۲. ځکه چې تل بيا بياځلي د ژوند ملګري ته دروغ وايو.
۳. ځکه چې تېرېدونکي، بښونکي او زغم کوونکي نه يو.
٤. ځکه چې کله کله د ژوند له ملګري سره خبرې نه کوو.
۵. ځکه چې ملګري ته وخت او پوره ارزښت نه ورکوو.
٦. ځکه چې د مقابل لوري خبرو ته ښه سم غوږ نه نيسو.
۷. ځکه چې په خبرو کولو کې له ښو جملو کار نه اخلو.
۸. ځکه چې په خپل فکر کې يو او ملګري سره مينه نه کوو.
۹. ځکه چې له دفتر نه د ملګري لپاره رخصت نه را اخلو.
۱۰. ځکه چې د ژوند د ملګري روغتيا او پاکی ته پام نه کوو.
۱۱. ځکه چې زورواکي يو او د ژوند په ملګري زور چلوو.
۱۲. ځکه چې د ژوند د ملګري هوساينه مو راته مهمه نه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځیني جوړې احساس کوي چې تر نفوذ لاندې دي؟

١. ځکه چې تل یې د ژوند ملګرې په ناپاکۍ نیوکې کوي.
٢. ځکه چې کله کله دواړه لوري پر یو بل امرونه کوي.
٣. ځکه چې ښايي یو بل خپلواکه خپلو کارو ته نه پرېږدي.
٤. ځکه چې کله کله نور له خپل ملګري سره پرتله کوي.
٥. ځکه چې ښايي د ژوند د ملګري پخوانۍ تېروتنې یادوي.
٦. ځکه چې ښايي یو بل ته به وایي چې باید لږ کار وکړي.
٧. ځکه چې بیاځلي یې تېرې ناپامۍ او ستونزې وریادوي.
٨. ځکه چې ښايي یو بل سره به بې ځایه اړیکې نیسي.
٩. ځکه چې د یو بل په چارو باندې بې ځایه نیوکې کوي.
١٠. ځکه چې کله کله ملګري په جامو او سټایل نیوکې کوي.
١١. ځکه چې د ژوند ملګري ته وایي بې نظمه او ګډوډ یې.
١٢. ځکه چې ځیني کسان کله کله د څارنوال رول لوبوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې له يو بله ناهيلې کېږي؟

۱. څکه چې دواړه لوري پر يو پر بل نيوکې کوي.
۲. څکه چې له يو بله د وړو خبرو حسابونه اخلي.
۳. څکه چې نه غواړي ملگری يې ساه هم واخلي.
٤. څکه چې د يو بل له دننه نړۍ څخه خبر نه لري.
۵. څکه چې ښايي مقابل لوري ته د اړتيا حس ورکړي.
٦. څکه چې ښايي نورو ملگرو پېښې وکړي.
۷. څکه چې د مقابل لوري د خوښې کارونه نه کوي.
۸. څکه چې نه پوهيږي مقابل لوري ته څه مهم دي.
۹. څکه چې ښايي مقابل لوری به کنټرولوي او څاري.
۱۰. څکه چې په چارو او کړنو کې يې لاسوهنه کوي.
۱۱. څکه چې ښايي يو پر بل مشري او رياست چلوي.
۱۲. څکه چې ځيني ملگري زور واکی خاصيت لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې نورو ته ډېر ګوري؟

۱. ځکه چې دا د انسان يوه ذاتي ځانګړنه ده.
۲. ځکه چې ځيني جوړې پرې عادت شوي.
۳. ځکه چې د يو بل اړتياوې نه پوره کوي.
٤. ځکه چې د ډېرو جوړو اړيکې جنسي وي.
۵. ځکه چې چاپېريال مو ناسم او بربنډ شوی.
٦. ځکه چې ځيني کسان جنسي ګډوډۍ لري.
۷. ځکه چې په خپل مينځ کې سني توپير لري.
۸. ځکه چې ښايي په جنسي اړيکو کې سست وي.
۹. ځکه چې نه پوهيږي دا چاره يې عادي نه ده.
۱۰. ځکه چې مينې خپله اصلي مانا له لاسه ورکړې.
۱۱. ځکه چې ښايي اصلي لامل مو نه وي مندلی.
۱۲. ځکه چې عاطفي اړيکې او صميميت مو کم دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې په احساساتي کېدو هم خواشينې کېږي؟

۱. ځکه چې د يو بل له ذهني او اروايي جوښت سره بلد نه دي.
۲. ځکه چې انسانان په ژوند کې سکون او هوساينه غواړي.
۳. ځکه چې انسانان يو بل سره توپير لري او زغم توپير کوي.
٤. ځکه چې ځيني ملګري له نورو څخه زغمونکي او نرم وي.
٥. ځکه چې ښايي ځيني ملګري مقابل احساس ستونزمن ګڼي.
٦. ځکه چې احساس کوي د پېښې لامل به هم خپله همدی وي.
٧. ځکه چې له ماشومتوبه پرته له غوصې نه روزل شوي دي.
٨. ځکه چې ځيني جوړې احساساتي کېدل لويه سستي بولي.
٩. ځکه چې ښايي منلې يې وي، غوصه د خواشينۍ لامل دی.
۱۰. ځکه چې ځيني ملګري په حل لارو نه په احساساتو نښلي.
۱۱. ځکه چې ښايي د مقابل لوري احساسات به ناروغي ګڼي.
۱۲. ځکه چې ښايي په دې سره اروايي انډول له لاسه ورکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل روغ احساسات نه شو ویلی؟

۱. ځکه چې ښايي بې باوره او بې زړه يو.
۲. ځکه چې پر ځان باور مو کمزوری دی.
۳. ځکه چې ښايي له ملګرو څخه وېره ولرو.
٤. ځکه چې ښايي له ماتې څخه وېره ولرو.
۵. ځکه چې کله کله د غرور احساس کوو.
٦. ځکه چې له تهديد او سپکاوي به وېرېږو.
۷. ځکه چې ښايي په اړيکو کې ستونزه ولرو.
۸. ځکه چې ډېر هيجاني او احساساتي يو.
۹. ځمه چې مناسب ټولنيز چلند نه کوو.
۱۰. ځکه چې د نورو له هڅونې به وېرېږو.
۱۱. ځکه چې د نهيلي او بايلنې احساس کوو.
۱۲. ځکه چې له فرصت او موقع ګټه نه اخلو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ژوند له ملګري سره جنګ کوو؟

١. ځکه چې خپلې کړنې مو نه شو مهارولی.
٢. ځکه چې په بېړې سره عمل او خبرې کوو.
٣. ځکه چې پر پرېکړو کې هوښيار نه يو.
٤. ځکه چې ښايي بېلابېل مسايل لږ درک کړو.
٥. ځکه چې ژر او له فکر پرته قضاوت کوو.
٦. ځکه چې له صبر او زغم پرته قضاوت کوو.
٧. ځکه چې قناعت نه کوو او ځان ځاي کوو.
٨. ځکه چې تل فکر کوو موږ حق په جانب يو.
٩. ځکه چې ګواښونه او پايلې يې نه سنجوو.
١٠. ځکه چې د ځان پر ځای نور ته بدلون ورکوو.
١١. ځکه چې تل له بېلابېلو ستونزو سره مخ کېږو.
١٢. ځکه چې د غوصې د مهار پر حل نه پوهېږو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له بدخويه ملګري سره ژوند سختيږي؟

۱. ځکه چې د مقابل لوري له درک پرته قضاوت کوو.
۲. ځکه چې د بد خوی په اړوند ورسره خبرې نه کوو.
۳. ځکه چې د خبرو په پار يو بل ته وخت نه ورکوو.
٤. ځکه چې ښايي دلايل به وايو او نيوکې به پرې کوو.
٥. ځکه چې ښايي خپلې خبرې به په ښکاره نه وايو.
٦. ځکه چې ښايي په خپله، دې ستونزو ته لار هواروو.
۷. ځکه چې ښايي پرته له حل لارې مقابل لوری پړ ګڼو.
۸. ځکه چې د بد خوی لاملونه به يې نه شو پېژندلی.
۹. ځکه چې ښايي ځيني کړنې نه منو او وړې يې ګڼو.
۱۰. ځکه چې کيدای شي موږ به په خپله هم بدخويه يو.
۱۱. ځکه چې ښايي له ملګري سره مو ښه ملګري نه يو.
۱۲. ځکه چې پر يو بل باندې باور نه لرو او بد چلند کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوند نه اخلو؟

۱. ځکه چې قناعت نه لرو او له کچې ډېرې تمې کوو.
۲. ځکه چې وړې وړې ستونزې ډېرې او لويې ګڼو.
۳. ځکه چې د نارينه او مېرمنو تر مينځ توپير نه منو.
٤. ځکه چې د حل لارو په پېژندلو کې سمه هڅه نه کوو.
۵. ځکه چې ستونزې لرو او تمرکز مو له لاسه ورکړی.
٦. ځکه چې په توپيرونو باور نه لرو او غوښتنې کوو.
۷. ځکه چې په ګډ ژوند کې يو بل ته ښه او لېواله نه يو.
۸. ځکه چې د جنسي مسايلو په رغولو کې هڅه نه کوو.
۹. ځکه چې ښايي په وړو ستونزو له حده ډېر ټينګار وکړو.
۱۰. ځکه چې ښايي خپل ځان به له نورو سره پرتله کوو.
۱۱. ځکه چې د ګډ ژوند ستونزو ته لومړيتوب نه ورکوو.
۱۲. ځکه چې ښايي له مشورې پرته مو واده کړی وي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې متأهل انسانان ډېر عاید لري؟

۱. ځکه چې د مجردو نه ډېر د مسوولیت احساس لري.
۲. ځکه چې له واده وروسته ډېر خسیسېږي او سختیېږي.
۳. ځکه چې د کور مشر دی نو د کلتور له مخې کار کوي.
٤. ځکه چې له واده وروسته دواړه لوري مرستې سره کوي.
۵. ځکه چې ځیني کسان چې شتمن نه شي واده نه شي کولی.
٦. ځکه چې له واده وروسته هر انسان په ژور لګښت کوي.
۷. ځکه چې په ځان سختي راولي او ډېر کار ته ملا ورکوي.
۸. ځکه چې ښايي د ماشومانو د راتلونکي لپاره به هڅه کوي.
۹. ځکه چې ډېری په ریاستونو او مدیریتونو باندې مقررېږي.
۱۰. ځکه چې ټولنیزې اړیکې یې هم ډېرې، پراخه او ښې کېږي.
۱۱. ځکه چې په کورنۍ کې له سیالیو سره مخامخ کېږي.
۱۲. ځکه چې له تفریح، چکرونو او لګښتونو څخه ځان ساتي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خیانت یا بی وفایي کول بند کړو؟

١. ځکه چې د ګډ ژوند خپل مینځي مینه مو له مینځه وړي.
٢. ځکه چې مرسته کوي په کور کې مینه لږ او یا کمه شي.
٣. ځکه چې خپل مینځي امنیت او احساس مو له مینځه ځي.
٤. ځکه چې د ګډ ژوند خوند، شوق او ښکلا له مینځه ځي.
٥. ځکه چې ښایي ملګرې مو بیا له نورو سره مینه وکړي.
٦. ځکه چې په خیانت سره د یو بل اړتیاوې نشو پوره کولی.
٧. ځکه چې مینه به مو کمه شي او له یو بل به خوند وانه خلو.
٨. ځکه چې بې وفایي مو کورنۍ هوساینه له مینځه وړي.
٩. ځکه چې روغې اړیکې مو له مینځه ځی او رسوا کیږو.
١٠. ځکه چې په کورنۍ کې مو ریښتینولي له مینځه وړي شي.
١١. ځکه چې بې وفایي د دروغو او چل ول لامل ګرځېدای شي.
١٢. ځکه چې دروغ او خیانت د طلاق او بېلتون لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د جوړې پر وړاندې بې پروايي ونه کړو؟

۱. ځکه چې د دې لامل ګرځي له یو بله لرې شو.
۲. ځکه چې د طلاق او بیلتون یو لوی لامل دی.
۳. ځکه چې د بیوفایي، خیانت او غبن لامل ګرځي.
٤. ځکه چې د کورنیو د تاوتریخوالي لامل ګرځي.
۵. ځکه چې مېرمنو کې د ژورخپګان لامل ګرځي.
٦. ځکه چې د وېرې او ډار لامل هم ګرځېدی شي.
۷. ځکه چې اخلاقي بېلارۍ رامینځ ته کوی شي.
۸. ځکه چې ښایي د جنسي بېلاریو لامل وګرځي.
۹. ځکه چې د ځان کمۍ او حقارت احساس پیدا کوي.
۱۰. ځکه چې د دې لامل ګرځي دواړه بې پروا شي.
۱۱. ځکه چې د موازي عاطفي اړیکو لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې دا له ماشوم سره هم تاوتریخوالی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

درېيمه برخه

۱۰۰ ولي او څکه جنسي ژوند

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړیکو په اړه خبرې او لیکل بد ګڼل کېږي؟

۱. ځکه چې تر دې وړاندې د جنسي کړنو په اړه څه نه دي لیکل شوي.

۲. ځکه چې په ماشومتوب کې مو د جنسیت مسئله جدي نیول شوې ده.

۳. ځکه چې ډېرو خلکو کې په دې اړه خبرې کول شرم ګڼل کېږي.

٤. ځکه چې له جنسي کړنو څخه د بې خبرۍ پر منفي پایلو نه پوهېږي.

۵. ځکه چې خلک په دې اړه له خبرو کولو وېرېږي او یو ډول ډار لري.

٦. ځکه چې زموږ په ښوونه او روزنه کې ځای نه لري او بده برېښي.

۷. ځکه چې پټ مسایل معمولاً د خلکو تر منفي قضاوت لاندې راځي.

۸. ځکه چې موږ د جنسي پوهې پر اهمیت او ارزښت سم نه پوهېږو.

۹. ځکه چې کېدای شي د کورنۍ او خپلوانو له مخالفت سره مخ شي.

۱۰. ځکه چې خلک په دې اړه ناسم ذهنیت لري او تر اوسه عامه شوې نه ده.

۱۱. ځکه چې جنسي مسایلو ته مو د جنسي ژوند په سترګه نه دي کتلي.

۱۲. ځکه چې په دې اړه وضاحت ناوړه او غیر اخلاقي پېژندل شوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه د نعوظ پر ګډوډۍ اخته کېږي؟

۱. څکه چې ښايي له خپلې مېرمنې سره په اړيکو کې ستونزه ولري.
۲. څکه چې په څينو نارينه وو کې د جنسي اړيکو له پيله ليدل کېږي.
۳. څکه چې دا يوه عام ګډوډي ده او په ډېرو نرانو کې شتون لري.
٤. څکه چې څيني کسان کله نا کله له کچې ډېر غبرګون ورته ښيي.
٥. څکه چې تراوسه مو له جسمي اړخه جدي پام نه دی ورته کړی.
٦. څکه چې ۹ تر ۱۰سلنه خلک په ذاتي ډول دا ګډوډي له څانه لري.
۷. څکه چې له ارواييي اړخه په کورنۍ او ګاونډ کې په هوسا نه دي.
۸. څکه چې دا په څينو نرانو کې جسمي او هورموني ستونزه وي.
۹. څکه چې الکول او سګرټ کاروي او دا ښځ په ښځه اغېز کوي.
۱۰. څکه چې څيني نارينه د ژوند په چارو کې له حده ډېر بوخت دي.
۱۱. څکه چې څيني نارينه د ژر انزال له وېرې دا ګډوډي پيدا کوي.
۱۲. څکه چې څيني نارينه د تمرکز د نه شتون له امله دا ډول کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني مېرمنې د جنسي نيږدېوالي پر مهال د ننني درد لري؟

١. ځکه چې نه پوهيږو چې د واده لومړی ٦ مياشتې عادي دی.
٢. ځکه چې د درد کمولو لپاره ځانګړي سپورتونه نه کوي.
٣. ځکه چې له چمتووالي او جنسي پارونې پرته جنسي اړيکه نيسي.
٤. ځکه چې ښايي پخوا به درد وه، خو اوس ځان منفي تلقينوي.
٥. ځکه چې ډېری مېرمنې د درد له وېرې د درد احساس کوي.
٦. ځکه چې کله د کيګل غړي غير ارادي سپرمونه درد پيدا کوي.
٧. ځکه چې د ځينو مېرمنو مهبل، مثانه او رحم مېکروبي شوی وي.
٨. ځکه چې ځيني ذهني فشارونه لري او هورمونونه بې نظمه وي.
٩. ځکه چې ښايي ځيني ښځې له جنسي اړخه ځورول شوې وي.
١٠. ځکه چې ډېری مېرمنې روغتيايي مرستو ته لاس رسی نه لري.
١١. ځکه چې ښايي فزيکي لامل ولري او درملنه يې نه وي کړې.
١٢. ځکه چې کله ناکله جسمي ستونزې هم د درد لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پرته له مشورې جنسي درمل ونه کاروو؟

۱. ځکه چې هر درمل د ځانګړو ناروغیو لپاره جوړ شوي.

۲. ځکه چې ډېرى درمل سخت او لوى جانبي عوارض لري.

۳. ځکه چې د درملو پرېښودل د جنسي ګډوډۍ لامل ګرځي.

٤. ځکه چې د ډېرو جنسي ګډوډيو او ستونزو حل درمل نه دي.

۵. ځکه چې وروسته بيا سالمې جنسي اړيکې له لاسه ورکوو.

٦. ځکه چې ټول درمل د کارولو خپل وختونه او کچې لري.

۷. ځکه چې ځيني درمل سختې جنسي ستونزې رامنځ ته کوي.

۸. ځکه چې ډېرى جنسي ګډوډۍ او ستونزې اروايي لامل لري.

۹. ځکه چې هر ډول درمل په خپل ذات کې جانبي عوارض لري.

۱۰. ځکه چې درمل له ګټو سره سره اروايي زيانونه هم لري.

۱۱. ځکه چې د درملو کارول په انسانانو بېل اغېز لرلی شي.

۱۲. ځکه چې ډېرى ارواپوهان د درملو کارولو وړانديز نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ډېرو جنسي شريکانو سره په اړيکو فکر ونه کړو؟

۱. ځکه چې له ډېرو کسانو سره جنسي اړيکې د ګډوډۍ لامل ګرځي.

۲. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري په اړيکو مو منفي او بد اغېز کوي.

۳. ځکه چې په دې کار سره مو د ژوند د ملګري ملاتړ له لاسه ځي.

٤. ځکه چې د ژوند ملګرى مو هم خفه او کېداى شي خيانت وکړي.

٥. ځکه چې د کينې، وسواس او پوره پالنې (کمال ګرايي) لامل ګرځي.

٦. ځکه چې نارينه او ښځينه کولى شي خپل ژوند او اړيکې وژغوري.

۷. ځکه چې خپل جنسي ژوند بايد وژغورو او په بله اړيکه فکر وکړو.

۸. ځکه چې هېڅ نر او ښځه د ژوند د ملګري بله اړيکه نشي منلى.

۹. ځکه چې د نورو جنسي اړيکو په اړوند سوچ زموږ ژوند تباه کوي.

۱۰. ځکه چې دا کار د ګډ ژوند ټولې پوړۍ نړولى او له منځه وړلى شي.

۱۱. ځکه چې نه پوهېږو چې سخت اروايي او روغتيايي زيانونه لري.

۱۲. ځکه د کورنۍ اړيکو او اروايي آرامښت ته مو سخت زيان رسوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو کسانو جنسي اړیکې دوام نه کوي؟

۱. ځکه چې ډېری کسان د روغو جنسي اړیکو په اړه نه پوهیږي.

۲. ځکه چې خپل جنسي ژوند له نورو چارو او اړیکو نه بېلوي.

۳. ځکه چې ډېری کسان یوازې د جنسي اړیکو پر خوند فکر کوي.

٤. ځکه چې نارینه او ښځینه د یو بل له توپیرونو څخه لږ خبر دي.

۵. ځکه چې ډېری ځان غواړي او بدلون منونکي نه دي روزل شوي.

٦. ځکه چې ډېری کسان د جنسي اړیکو په اړه ناسم ذهنیت لري.

۷. ځکه چې لږ درک لري او ډېر غوښتونکي او شک کوونکي دي.

۸. ځکه چې ځیني مېرمنې پوره پالې (کمال گرا) او نارینه دیکتاتور دي.

۹. ځکه چې ځیني نارینه او ښځینه د یو بل پټ رازونه نشي ساتلی.

۱۰. ځکه چې ښایي ځیني کسان ناوړه او ناسمه جنسي مخینه ولري.

۱۱. ځکه چې ځیني پر جنسي مسایلو نه، بلکې په ستونزه پورې نښلي.

۱۲. ځکه چې ښایي وسواس، اضطراب او یا هم ژور خپگان ولري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې جنسي اړيکې نه خوښوي؟

۱. ځکه چې ځيني جوړې د جنسي اړيکو پر وخت د رټلو احساس کوي.

۲. ځکه چې ډېری مېرمنې د جنسي احساساتو له ويلو څخه ډډه کوي.

۳. ځکه چې ډېری جنسي جوړې د جنسي ملګري له ناولتيا ځوريږي.

٤. ځکه چې ډېری مېرمنې په دې باور دي چې نارينه يې بايد پيل کړي.

۵. ځکه چې ډېری نارينه د جنسي اړيکو احساسي اړخ ته پام نه کوي.

٦. ځکه نارينه له خپلې مېرمنې سره مرسته کولی شي، خو نه يې کوي.

۷. ځکه چې ځيني جوړې نه په دې اړه خبرې کوي او نه يې اوري.

۸. ځکه چې ډېری جوړې د ستونزو د حل پر ځای، شخړې غځوي.

۹. ځکه چې نه پوهيږي د عمر هر پړاو جنسي اړيکو ته اړتيا لري.

۱۰. ځکه چې مېرمنې نه پوهيږي چې نرانو ته جنسي اړيکې مهمې دي.

۱۱. ځکه چې ډېری په دې اړه نه روزل شوي دي او نه پوهول شوي.

۱۲. ځکه چې داسې انګېرې چې اوسنی ملګری يې مرسته نشي کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني مېرمنې خپل احساسات دلته غورځوي؟

۱. ځکه چې ډېرى يې له ماشومتوب نه همداسې روزل شوې دي.
۲. ځکه چې ښځينه له ذاته په لږه کچه خپل احساسات څرګندوي.
۳. ځکه چې کله ناکله نارينه د مېرمنو د دې ډول چلند سبب ګرځي.
٤. ځکه چې ډېرى مېرمنې له خپلو ځانګړنو نه پوره خبرې نه دي.
۵. ځکه چې مېرمنې په جنسي اړيکو کې نارينه ته لومړيتوب ورکوي.
٦. ځکه چې مېرمنې نه پوهيږي چې نارينه داسې ښځې نه خوښوي.
۷. ځکه چې ښځې نه پوهيږي چې جنسي اړيکې مهارت ته اړتيا لري.
۸. ځکه چې ښايي ځيني مېرمنې جنسي او اروايي ګډوډۍ ولري.
۹. ځکه چې لامل يې ځيني کلتورونه، رواجونه او ارزښتونه دي.
۱۰. ځکه چې ځيني نارينه نه پوهيږي چې له مېرمنو ملاتړ مهم دي.
۱۱. ځکه چې ځيني مېرمنې جنسي کړنې ناوړه او بد چلند ګڼي.
۱۲. ځکه چې له پخوانيو اړيکو يې په بيا بيا ځلي خوند نه دى اخيستى.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو لپاره سپورت ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې موږ خوښ او له انرژۍ څخه ډکوي.

۲. ځکه چې سترسونه کموي او کنترولوي يې.

۳. ځکه چې د جنسي اړيکو د رغبتو سبب ګرځي.

٤. ځکه چې د ډېرې مستۍ او هيجان سبب ګرځي.

۵. ځکه چې د روغ او کافي خوب لامل ګرځي.

٦. ځکه چې سپورت د بدن او روان حالت بدلوي.

۷. ځکه چې انسانيِ وړتياوې لوړوي او سموي.

۸. ځکه چې سپورت مثبت هيجانونه پياوړي کوي.

۹. ځکه چې ډېره او اضافي انرژي له مينځه وړي.

۱۰. ځکه چې د غوصې څخه مخنيوي کوي.

۱۱. ځکه چې له بدني اړخه مو اړيکو ته چمتو کوي.

۱۲. ځکه چې په کيفيت کې له موږ سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېری نران مېنې ته ارزښت نه ورکوي؟

۱. ځکه چې ښايي نارينه خپلې مېرمنې سره مينه ونه لري.
۲. ځکه چې د مېنې نه کول د نرانو یوه لویه ځانګړنه ده.
۳. ځکه چې نه پوهيږي ښځينه مينه ناک نارينه خوښوي.
٤. ځکه چې ډېرې مېرمنې په دې برخه کې حوصله نه لري.
۵. ځکه چې نارينه پر جنسي اړيکو فکر کوي، نه پر مينه.
٦. ځکه چې د ځينو نرانو کورنۍ په دې کې ښکېلې دي.
۷. ځکه ډېری نارينه د ښځينه ځانګړنو په اړه نه پوهيږي.
۸. ځکه چې کله خو مينه د عمر په پړاوونو کې توپير کوي.
۹. ځکه چې د عشق له بېلابېلو تګلارو څخه بې خبره دي.
۱۰. ځکه چې ځيني ښځې خاوند د قضاوت په تله کې اچوي.
۱۱. ځکه چې کله د عاطفي تړاو او مينې په توپير نه پوهېږي.
۱۲. ځکه چې مېرمنې خاوند سره په دې اړوند له خبرې نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې له لومړي ځل جنسي اړيکو څخه وېره لري؟

۱. ځکه چې ځيني مېرمنې خپل خاوند له هېڅ اړخه نه پېژني.

۲. ځکه چې ډېری افغان مېرمنو په دې اړوند روزنه نه ده ليدلې.

۳. ځکه چې لومړنۍ جنسي اړيکه له ځان سره ناسمه تعبيروي.

٤. ځکه چې ځيني ميندې او نوې ناوې ګانې هم نجونې وېروي.

۵. ځکه چې د جنسي اړيکو لپاره عاطفي چمتووالی نه لري.

٦. ځکه چې له ځينو نرانو څخه ښې خاطرې او ښه ذهنيت نه لري.

۷. ځکه چې ځيني مېرمنې ځان کم ګڼي يا پر ځان باور نه لري.

۸. ځکه چې ځينو مېرمنو له واده وړاندې جنسي ځورونې ليدلې.

۹. ځکه چې نارينه په خپله په جنسي اړيکو کې د وېرې لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې له اوله د جنسي اړيکو په اړوند مشوره نه اخلي.

۱۱. ځکه چې ځيني مېرمنې اضطراب، وسواس او وېره لري.

۱۲. ځکه چې په ټوله کې د جنسي اړيکو په اړه باورونه ناسم دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله ناکله په جنسي اړیکو کې بدلون راولو؟

۱. ځکه چې ډېرى انسانان په ځانګړې توګه نارینه یې غواړي.

۲. ځکه چې یوه ښځه او ډول مو د جنسي اړیکو کیفیت کموي.

۳. ځکه چې له بدلون پرته جنسي اړیکې پاروونکې نه وي.

٤. ځکه چې په یوه ښځه جنسي اړیکې موږ خیانت ته اړباسي.

٥. ځکه چې په جنسي اړیکو کې بدلونونه، خوند څو برابره کوي.

٦. ځکه چې ډېرى له یوې ښځې جنسي اړیکو څخه ستړي کېږي.

٧. ځکه چې یوه ښځه او ډول په یوه حالت د عادت کېدو لامل ګرځي.

٨. ځکه چې په یوه ښځه جنسي اړیکې په مېرمنو کې ارګازم کموي.

٩. ځکه چې یوه ښځه د مېرمنې او خاوند اړیکې کم رنګه او ترینګلوي.

١٠. ځکه چې دا یوه پوره چاره ده او باید پام او غور پرې وشي.

١١. ځکه چې په افغانستان کې د څو ودونو کولو یو لوی لامل دی.

١٢. ځکه چې ډېر ځله نه ویل کېږي او باید بدلونونه رامنځته کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جامې په جنسي پاروله کې ونډه لري؟

۱. ځکه چې نارینه ډېر ځله د سترګو له لارې پارول کېږي.

۲. ځکه چې ډېر ځله نارینه د مېرمنې جسمي اندام ته ګوري.

۳. ځکه چې ډېری نارینه جذابې او شیک مېرمنې خوښوي.

٤. ځکه چې د ډېری نرانو لپاره څېره، جامې او عطر مهم دي.

٥. ځکه چې ډېری مېرمنې په ښایسته جامو ښکلې ښکاري.

٦. ځکه چې د جامو جوړولو کمپنۍ پاروونکې جامې ګنډي.

۷. ځکه چې ډېری جامې لنډې، مېینې او غوښین رنګ لري.

۸. ځکه چې مېرمنه د خپل خاوند لپاره منظمې جامې خوښوي.

۹. ځکه چې مېرمنې په دې اړه له خاوند سره خبرې نه کوي.

۱۰. ځکه چې ښځې یې له ځینو فلمونو او سریالو نه زده کوي.

۱۱. ځکه چې نارینه د ښځو په پرتله ژر جنسي پارول کېږي.

۱۲. ځکه چې د ښو جنسي اړیکو لپاره جامو ته اړتیا لیدل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې منفي هیجانونه جنسي اړیکو ته زیان رسوي؟

۱. ځکه چې جنسي ژوند یا اړیکې هیجاني اړیکې او ژوند دی.
۲. ځکه چې په نرانو کې د ژر او پس خلاصېدو لامل ګرځي.
۳. ځکه چې منفي هیجانونه مېرمنو ته اروايي زیان رسوي.
٤. ځکه چې د ستونزو، تاوتریخوالي او شخړو لامل ګرځي.
۵. ځکه چې د ذهني فشار او جنسي اړیکو خوند کمولی شي.
٦. ځکه چې په نرانو او مېرمنو کې جنسي لېوالتیا راکموي.
۷. ځکه چې د کوروالي پر مهال د اړتیا وړ مینه له مینځه وړي.
۸. ځکه چې ښايي له اروايي اړخه دواړو ته زیان ورسوي.
۹. ځکه چې ښايي جنسي اړیکو ته پارېدل او هڅېدل راکم کړي.
۱۰. ځکه چې منفي هیجانونه د بېلابېلو جنسي ګډوډیو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د بېلابېلو هورمونونو په ترشح کې ګډوډي راوړي.
۱۲. ځکه چې په جنسي اړیکو کې د بې صبرۍ لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارينه سهار وخته جنسي اړيکې خوښوي؟

۱. ځکه چې د شپې په پرتله سهار اروايي هوساينه ډېره وي.

۲. ځکه چې سهار مهال د جنسي هورمونونو ترشح لوړه وي.

۳. ځکه چې د لمر په راختلو نارينه فطری جنسي لېوالتيا لري.

٤. ځکه چې ډېری نران سهار مهال ډېره انرژي او ځواك لري.

۵. ځکه چې د نرانو د وينې فشار سهار مهال ډېر نورماله وي.

٦. ځکه چې سهار مهال نران ستړي او تر فشار لاندې نه وي.

۷. ځکه چې فکر کوي سهار مهال امن او د وېرې کچه کمه وي.

۸. ځکه چې له بيولوژيکي اړخه دا کار د نرانو يوه ځانګړنه ده.

۹. ځکه چې کورواله له اروايي سکون سره مستقيمې اړيکې لري.

۱۰. ځکه چې سهار د انسان په ځانګړي ډول نرانو مغز هوسا وي.

۱۱. ځکه چې مېرمنې له نرانو سره په دې برخه کې همغږې دي.

۱۲. ځکه چې کېدای شي د شپې له مخې ډېر ستړي او بوخت وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارينه خپلې مېرمنې ته ډالۍ ورکړي؟

۱. ځکه چې د مهربانۍ او يو بل ته د لا نيږدې کېدو لامل ګرځي.
۲. ځکه چې مېرمنې له ډالۍ اخيستو وروسته د ارزښت احساس کوي
۳. ځکه چې د مېرمنو د مينې ژبه تل له ډاليو څخه جوړه شوې ده.
٤. ځکه چې په ډاليو سره يې جنسي اړيکې ښې او پارونکي کېږي.
۵. ځکه چې د مېرمنې او خاوند تر مينځ اړيکې خوندورې کوي.
٦. ځکه چې ډالۍ که ډېره وړه هم وي ښځې ډېر ارزښت ورکوي.
۷. ځکه چې مېرمنې په وړو وړو ډاليو ډېرې زياتې خوشاله کيږي.
۸. ځکه چې ډالۍ مېرمنې ته د مينې او علاقې ښودلو تګلاره ده.
۹. ځکه چې زموږ افغاني ټولنه کې ډېرى ښځې په ځان بسيا نه دي.
۱۰. ځکه چې ډالۍ په ټوله نړۍ کې د مينې په سمبول پېژندل کيږي.
۱۱. ځکه چې ډالۍ پام، ملاتړ او هوساينه ده او دا د مېرمنو اړتيا ده.
۱۲. ځکه چې مېرمنې په ذهن کې يوه عاطفي او دوديزه نړۍ لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ژوند کې جنسي اړیکو ته ډېر پام وکړو؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې ذهني فشار، وېره او ډار راکموي.

۲. ځکه چې په وګړو کې اضطراب او ژور خپګان راکموي.

۳. ځکه چې جنسي اړیکې د روغ ژوند ارزښتناکه اړتیا ده.

٤. ځکه چې د جنسي اړتیاوو پوره کېدل انسان نوښتګر کوي.

۵. ځکه چې د ګډ کورني ژوند اړیکې مو سالمې او رغوي.

٦. ځکه چې د یوې ښې، نورمالې او روغې ودې لامل ګرځي.

۷. ځکه چې د منفي هیجانونو په راکمولو کې مرسته کوي.

۸. ځکه چې روغې اړیکې لرونکي نران او ښځې ډېر خوښ وي.

۹. ځکه چې نه لرل یې د ټولنیز او اخلاقي فساد لامل ګرځي.

۱۰. ځکه چې جنسي اړیکو ته نه پاملرنه اروایي ګډوډي راوړي.

۱۱. ځکه چې جنسي اړیکې د ژوند له ارزښتناکه اړیکو څخه دي.

۱۲. ځکه چې جنسي اړیکې د ګډ ژوند یوه لویه بنسټیزه اړتیا ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د مېرمنو لپاره د روغو جنسي اړیکو لرل ارزښت لري؟

۱. ځکه چې روغې جنسي اړیکې کولای شي مېرمنې فعاله کړي.
۲. ځکه چې د ښځو اروايي حالت او ژوند رغوي او ښه کوي يې.
۳. ځکه چې مېرمنې هم د نارينه په کچه جنسي اړيکو ته اړتيا لري.
٤. ځکه چې د جنسي اړيکو په لرلو سره د هوساينې احساس کوي.
۵. ځکه چې روغې جنسي اړيکې د انسان په وده کې پوره ونډه لري.
٦. ځکه چې روغې جنسي اړيکې د ګډ کورني ژوند يو لوی اصل دی.
۷. ځکه چې د جنسي اړيکو نه لرل د اضطراب او خپګان لامل ګرځي.
۸. ځکه چې جنسي اړيکې نېغ په نېغه په نورو اړيکو هم اغېزه لري.
۹. ځکه چې جنسي اړيکې له ګډوډۍ او ناسم پوهېدنې مخه نيسي.
۱۰. ځکه چې ښې جنسي اړيکې د مېرمنو پر ځان باور لوړولای شي.
۱۱. ځکه چې افغان مېرمنې اروايي هوساينې ته تر نارينه ډېره اړتيا لري.
۱۲. ځکه چې د هغوی د فردي اړيکو د رغېدو او سمبدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي اړيکې زموږ پر نورو اړيکو اغېزه لري؟

۱. ځکه چې د نړۍ په کچه يوه ستونزه جوړوونکې موضوع ده.
۲. ځکه چې ښې جنسي اړيکې لرونکې جوړې، ډېرې روغې وي.
۳. ځکه چې جنسي اړيکې د اضافي انرژۍ د لګښت لامل ګرځي.
٤. ځکه چې له جنسي اړيکو پرته د احساساتو تشول ستونزمن دي.
۵. ځکه چې ناروغه جنسي اړيکې د جنسي بې لاريو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې جنسي اړيکې پر مينه او ټولنيزو اړيکو اغېز کوي.
۷. ځکه چې د روغو جنسي اړيکو نه لرل د سترس لامل ګرځي.
۸. ځکه چې څېړنې وايي: جنسي اړيکې د بريا يو لوی لامل دی.
۹. ځکه چې جنسي ستونزې په نړۍ کې د جګړو يو لوی لامل دی.
۱۰. ځکه چې روغې جنسي اړيکې له نورو اړيکو سره تړاو لري.
۱۱. ځکه چې جنسي اړيکې د ارزښتناکو اړيکو په ليکه کې راځي.
۱۲. ځکه چې جنسي او خپل مينځي اړيکې نېغ په نېغه اړيکه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ ډېرى هېوادوال د جنسي اړيکو په اړه لږ پوهېږي؟

۱. ځکه چې د بل هر ځاى په پرتله دلته جنسي مسايل بد ګڼل کېږي.

۲. ځکه چې په دې اړوند څېړنې نه کوو او سم مالومات هم نه لرو.

۳. ځکه چې په دې اړه هڅه هم د ملنډو، تهديد او رټنې لامل ګرځي.

٤. ځکه ډېرو دا زده کړې ده چې جنسي پوهاوى ناوړه او بد دى.

٥. ځکه چې په دې نه پوهېږو چې په دې اړوند خبرتيا يوه اړتيا ده.

٦. ځکه چې ډېرى کورنۍ او وګړي سم او علمي نه دي روزل شوي.

۷. ځکه چې د دې ځانګې پوهان د مالوماتو ورکولو زړه نه شي کولى.

۸. ځکه چې په دې برخه کې د مالوماتو د ډېرولو هڅه هم نه ده شوې.

۹. ځکه چې نه پوهېږو چې جنسي اړيکې د ډېرو ستونزو لوى حل دى.

۱۰. ځکه چې نه پوهېږو همدا جنسي اړيکې انسان ته هوساينه ورکوي.

۱۱. ځکه چې په ملاتړ، مرسته او روغتيا کې يې په اغېز نه پوهېږو.

۱۲. ځکه چې دا بحث زموږ لپاره ارزښت نه لري او اهميت نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو کې دواړو لورو ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې خاوند او مېرمنه دواړه پوره ونډه لري.

۲. ځکه چې د دواړو په پاربدنه او غوښتنو لوی اغېز کوي.

۳. ځکه چې يو اړخيزه جنسي اړيکه مو سم نه ارضا کوي.

٤. ځکه چې جنسي اړيکو ته چمتووالی نيمه جنسي اړيکه ده.

۵. ځکه چې دا د دواړو اړخونو اړتيا، غوښتنه او هيله ده.

٦. ځکه چې پرته له دې څخه به تاوتريخوالی مينځ ته راشي.

۷. ځکه چې خاوند او مېرمنه هوساينې او درک ته رسوي.

۸. ځکه چې نه پاملرنه د اوږد مهال لپاره بېلتون رامينځ ته کوي.

۹. ځکه چې دوه اړخيزې اړيکې رېښتينې هوساينه پيدا کوي.

۱۰. ځکه چې مېرمنې دا نه خوښوي چې يو کار پرې وتپل شي.

۱۱. ځکه چې نارينه د مېرمنې جنسي سوړوالی ستړی کوي.

۱۲. ځکه چې جنسي لېوالتيا به مو ورځ تر بلې له مينځه يوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له جنسي اړيکو وروسته ولامبو؟

۱. څکه چې بیاځلي مو د بدن ارواېي او جسمي انډول برابروي.
۲. څکه چې کراري راوړي او په لسګونو جسمي ګټې لرلی شي.
۳. څکه چې د سمپاتیک (ارادي) عصبي سیستم کړنې سره سموي.
٤. څکه چې جنسي او جسمي اړیکې تل له میکروب سره مل وي.
۵. څکه چې نه لامبل په انسان کې د ناولتیا غځېدو لامل ګرځي.
٦. څکه چې وروسته به بیا ځان ناپاک او چټل احساس نه کړو.
۷. څکه چې د بیا ځلي جنسي اړیکو لپاره به مو سم چمتو کړي.
۸. څکه چې د یو او بل د ناروغیو لېږدېدو څخه مو بې غمه کوي.
۹. څکه چې بیاځلي مو خوب القا کوي او دا ډېره زیاته ګټه لري.
۱۰. څکه چې د بدن له بد بوی او بې دلیله ستړیا څخه مو ژغوري.
۱۱. څکه چې د وینې فشار نورمالوي او د ځوانۍ لامل بې ګرځي.
۱۲. څکه چې د ژورخپګان، ذهني فشار او وېرې کچه راټیټولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له جنسي اړیکو وروسته یو بل په غېږ کې ونیسو؟

١. ځکه چې د ګډ کورني ژوند اړیکې مو روغې او غځوي.
٢. ځکه چې مېرمنې وروسته له جنسي اړیکو اړتیا ورته لري.
٣. ځکه چې له جنسي اړیکو وروسته غېږ هوساینه راوړي.
٤. ځکه چې له دې پرته به یو بل د جنسي تېري احساس وکړي.
٥. ځکه چې جنسي اړیکې یوازې خوند نه، بلکې غېږ هم ده.
٦. ځکه چې جنسي اړیکې په وروستیو غېږ نیونو پوره کېږي.
٧. ځکه چې ډېری کسان یې د نشتوالي له امله شک پیدا کوي.
٨. ځکه چې خاوند او مېرمنې ته د هوساینې احساس ورکوي.
٩. ځکه چې ښایي احساس شي چې له یو بل سره خوښ نه دي.
١٠. ځکه چې نشتوالی یې ګډې جنسي اړیکې کمزورې کولای شي.
١١. ځکه چې مېرمنې هوساینه نه لري او تل باید پام پرې وساتو.
١٢. ځکه چې د اکسیتوسین هورمون له ترشح سره مرسته کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري خپلې جنسي اړیکې مدیریت کړي؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې د جنسي ژوند په توګه پېژندل کېږي.
۲. ځکه چې په ګډ ژوند کې د ډېرې ستونزو سرچینه ګڼل کېږي.
۳. ځکه چې که مدیریت نشي، د بېلتون او طلاق لامل ګرځي.
٤. ځکه چې هره ستونزه باید په خپل وخت سره مدیریت شي.
۵. ځکه چې جنسي اړیکې پر عادي ژوند باندې ژور اغېز کوي.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند له ډېرو ستونزو څخه مخنیوی کولای شي.
۷. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري بدلون غوښتنې نه مخنیوی کوي.
۸. ځکه چې د ګډ ژوند په ملګرو کې، اړیکو ته لېوالتیا ډېروي.
۹. ځکه چې له خیانت، ناهیلیتوب او ستړیا څخه مخنیوی کوي.
۱۰. ځکه چې د جنسي اړیکو روغتیا یې په مدریت کې نغښتې ده.
۱۱. ځکه چې نه مدیریت یې د سختو اروایي ګډوډیو لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې نه مدیریت یې د نه ارزښت په مانا شمېرل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د میاشتني عادت پر مهال جنسي اړیکې ونه ساتو؟

۱. ځکه چې د دیني باورونو خلاف او حرامې پېژندل شوي.
۲. ځکه چې د یو شمېر ناروغیو د لېږد لامل ګرځېدلی شي.
۳. ځکه چې د مېرمنو د خوښې، او اروایي روغتیا خلاف دي.
٤. ځکه چې مېرمنې په میاشتني عادت کې بد حالت زغمي.
٥. ځکه چې د وینې په لیدو مېرمنه د خواشینۍ احساس کوي.
٦. ځکه چې کېدای شي د سفلیس سوزش او ایډز لامل وګرځي.
٧. ځکه چې د میاشتني عادت بوی په نارینه وو لګیږي.
٨. ځکه چې ښایي داسې جنسي اړیکې نارینه زړه توري کړي.
٩. ځکه چې ښایي ځیني ویروسونه په اسانۍ سره ولېږدول شي.
١٠. ځکه چې ښایي د وینې ډېرېدنه او ضایعات نور هم ډېر کړي.
١١. ځکه چې مېرمنې په عادت کې جنسي اړیکې نه خوښوي.
١٢. ځکه چې په مېرمنو کې د سختو جسمي دردونو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند د ملګري جنسي اړتیا پوره کړو؟

١. ځکه خاوند او مېرمنه اړ دي چې ارضا او اشباع شي.
٢. ځکه چې ښایي بیا خپله دا اړتیا له بل ځایه پوره کړي.
٣. ځکه چې زموږ د خوښۍ او خوشالۍ یو لوی لامل دی.
٤. ځکه چې ښایي له کور بهر عاطفي اړیکې جوړې کړي.
٥. ځکه چې بیا مو یو بل ته جنسي لېوالتیاوې هم ډېرېږي.
٦. ځکه چې ددې اړتیا نه پوره کېدل مو بېلارۍ ته هڅوي.
٧. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري له بدلون غوښتنو نه ساتي.
٨. ځکه چې خوند به ورکړي او نا آرامي به یې حل شي.
٩. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګرو د روږدتیا څخه مخه نیسي.
١٠. ځکه چې په جنسي اړیکو کې برابري مېنځ ته راولي شي.
١١. ځکه چې د بېځایه فکرونو او ذهني بوختیاوو مخه نیسي.
١٢. ځکه چې د جنسي اړیکو د ښه مدیریت لامل ګرځېدی شي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ورو نجونو سره جنسي اړيکو ته لېوالتيا ډېره وي؟

۱. ځکه چې د نارينه وو د عمر لوړېدل دا ډول لېوالتيا ډېروي.

۲. ځکه چې نارينه بدلون غوښتونکي دي او دا هم بدلون دی.

۳. ځکه چې ډېرى نارينه ذاتاً تنکې جنسي اړيکې ډېرې خوښوي.

٤. ځکه چې فکر کوي چې له ځوانو نجونو سره به ځوانان شي.

۵. ځکه چې فکر کوي د جنسي اړيکو ټينګولو لوړه وړتيا لري.

٦. ځکه چې فکر کوي د مقابل لوري اړتياوې پوره کولا شي.

۷. ځکه چې نارينه ناثابت وي او هره شېبه يې لېوالتيا بدلون مومي.

۸. ځکه چې فکر کوي وړې او ځوانې نجونې ژر قناعت کوي.

۹. ځکه چې فکر کوي وړې او ځوانې نجونې ژر غولولی شي.

۱۰. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند په اړيکو کې يې ماتې خوړلې وي.

۱۱. ځکه چې مېرمن به يې اړتيا نشي پوره کولی او جبرانوي يې.

۱۲. ځکه چې کم عمره نجونې تاندې، تنکۍ ښايسته او ښکلې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په لږ عمر کې جنسي اړیکې ښې نه وي؟

۱. ځکه چې په تولنه کې هلك او نجلۍ ورته پوره چمتو نه وي.
۲. ځکه چې لږ عمر لرونکي وروسته جنسي بلوغ ته رسیږي.
۳. ځکه چې ښايي د جنسي اړیکو په اړه په ځه سم پوه نه وي.
٤. ځکه چې د نجلۍ او هلك د جسمي ودې مخنیوی کولی شي.
۵. ځکه چې په اوږد مهال کې مو له جنسي اړیکو زړه توروي.
٦. ځکه چې ښايي له مخالف جنس څخه یې د کرکې لامل شي.
۷. ځکه چې ښايي د کم عمره نجونو د وژنې لامل وګرځي.
۸. ځکه چې ښايي آن د جنسي ناروغیو لکه ایډز لامل هم شي.
۹. ځکه چې ښايي دواړو ته سخت اروايي زیانونو ورسوي.
۱۰. ځکه چې په ارضا او اشباع کې له ستونزو سره مخ کیږي.
۱۱. ځکه چې د سخت ذهني فشار او اضطراب لامل یې ګرځي.
۱۲. ځکه چې په راتلونکي کې د ویرې او بدو جنسي اړیکو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړیکو کې له کانډوم څخه ګټه واخلو؟

۱. ځکه چې کانډوم جنسي اړیکې پوره سالم او روغې ساتلی شي.
۲. ځکه چې د جنسي اړیکو پر مهال له ناپاکیو مخنیوی کوي.
۳. ځکه چې د جنسي ناروغیو له لېږد څخه تر ډېره مخنیوی کوي.
٤. ځکه چې له بې خبره او ناڅاپه امیندوارۍ څخه مخنیوی کوي.
۵. ځکه چې د جنسي اړیکو په خوند او ډېرېدو کې مرسته کوي.
٦. ځکه چې کانډوم د تناسلي آلې سوځېدل او درد ډېر راکموي.
۷. ځکه چې د دواړو ذهني فشار اضطراب او وسواس راکموي.
۸. ځکه چې ژر خلاصېدل ډېر کم او نعوذ له مینځه وړلی شي.
۹. ځکه چې مرسته کوي مېرمنه او نارینه یو ځای ارضا شي.
۱۰. ځکه چې د جنسي اړیکو پر مهال بد بوی او زړه بدي راکموي.
۱۱. ځکه چې په دې کار نران جنسي اړیکه په پوره باور پیلولی شي.
۱۲. ځکه چې د مېرمنې او خاوند د مسوولیت احساس لوړولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له واده وړاندې جنسي اړیکې ونه لرو؟

١. ځکه چې په ډېرو ټولنو کې ناوړه او بد عمل ګڼل کېږي.

٢. ځکه چې په موږ کې شرموونکي او منفي یادونه پرېږدي.

٣. ځکه چې کولای شي مینه او عاطفي اړیکې په ټپه ودروي.

٤. ځکه چې ډېری کوژدې او ملګرتیاوې تر واده نه رسیږي.

٥. ځکه چې ښایي نجلۍ امیندواره شي او ستونزې جوړې شي.

٦. ځکه چې له واده وروسته د شک او بدګمانۍ لامل ګرځي.

٧. ځکه چې له واده وروسته مو اړیکې لږ او کمزورې کوي.

٨. ځکه چې مقابل لوری فکر کوي چې ډېر بې ارزښته دی.

٩. ځکه چې د ځینو جنسي ناروغیو د لېږد لامل ګرځېدای شي.

١٠. ځکه چې د ځېړنو له مخې د ودونو د نه کېدو لامل شوي.

١١. ځکه چې نه مدیریت یې له واده وروسته اړیکې ورانوي.

١٢. ځکه چې له واده وړاندې جنسي اړیکې د بېلتون لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ډېرو کسانو سره جنسي اړیکې وله ساتو؟

۱. ځکه چې زموږ جنسي اړیکې ډېرې بې ارزښته کوي.
۲. ځکه چې د ناعلاجه جنسي ناروغیو (ایډز) لامل ګرځي.
۳. ځکه چې ښايي اروايي ناروغۍ(سادیزم) هم پیدا شي.
٤. ځکه چې ښايي اروايي هوساینې ته مو زیان ورسوي.
۵. ځکه چې ځان به بیا ناوړه او بې ارزښته احساس کړو.
٦. ځکه چې په انسان کې د جنسي بې لاریو کچه لوړوي.
۷. ځکه چې په ټولنه کې د ډېر اخلاقي فساد لامل ګرځي.
۸. ځکه چې زموږ د جسمي ستړیا او سستۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې زړه، مغز، ځیګر او سترګې به مو زیانمنې شي.
۱۰. ځکه چې د کورنیو خپل منځي باور له منځه وړي.
۱۱. ځکه چې ډېرې جنسي اړیکې د جنسي روږدتیا لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې کله ناکله د همجنس بازۍ لامل هم ګرځېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې په جنسي ګډوډيو اخته کېږي؟

١. ځکه چې مېرمنې تل خپلې جنسي لېوالتياوې پټوي.
٢. ځکه چې نارينه د مېرمنو جنسي لېوالتيا نه پاروي.
٣. ځکه چې ښايي جسمي يا فزيکی ستونزې ولري.
٤. ځکه چې ښايي د مېرمنې په غړو کې ستونزه وي.
٥. ځکه چې ښايي د مېرمنې جنسي خيال کم يا هېڅ وي.
٦. ځکه چې ډېرى مېرمنې جنسي فعاليت نه پيل کوي.
٧. ځکه چې مېرمنې د جنسي اړيکو لپاره غبرګون نه ښيي.
٨. ځکه چې ښځې له ٧٥-١٠٠سلنه پورې نه هيجاني کېږي.
٩. ځکه چې له جنسي شريک سره لمس او تماس نه لري.
١٠. ځکه چې ځيني مېرمنې پر ژورخپګان هم اخته وي.
١١. ځکه چې مېرمنې د جنسي اړيکو په اړه مطالعه نه لري.
١٢.ځکه چې مېرمنې رينښتينې جنسي ارضا ته نه رسيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه په جنسي ګډوډیو اخته کېږي؟

۱. ځکه چې د عمر لوړېدل هم جنسي ګډوډي پیدا کوي.
۲. ځکه چې سست جنسي خیالونه (اروماتیک) هم لري.
۳. ځکه چې کلتوري او ټولنیز شرایط هم لاس پکې لري.
٤. ځکه چې په پیل کې یې ارواېي او جمسي درملنه نه کوي.
۵. ځکه چې د ستونزې سختوالي او جدیت ته پام نه کوي.
٦. ځکه چې ښايي همجنس بازۍ ته لېوالتیا پیدا شوې وي.
۷. ځکه چې له مېرمنې سره یې ناکامې جنسي او عاطفي اړیکې لرلې.
۸. ځکه چې ښايي له ماشومتوبه په جنسي ګډوډۍ اخته وي.
۹. ځکه چې په ځینو نرانو کې جنسي ګډوډي خپل پړاوونه لري.
۱۰. ځکه چې د جنسي ګډوډیو په اړه خبرې بدې ګڼل کېږي.
۱۱. ځکه چې د نرانو جنسي لېوالتیا د عمر په تېرېدو توپیر کوي.
۱۲. ځکه چې تر ٦ لومړنیو میاشتو جنسي ګډوډي عادی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نعوظ نه ترسره کېږي؟

١. ځکه چې منظمې جنسي اړیکې نه لرو.
٢. ځکه چې د بدن غوړ او غوښه نه کموو.
٣. ځکه چې د ذهن او روان هوساینه نه لرو.
٤. ځکه چې خېټه مو غټه او لویه شوې ده.
٥. ځکه چې د نعوظ کړه وړه په نظر کې نه لرو.
٦. ځکه چې مینه ناک کړووړه نه ترسره کوو.
٧. ځکه چې له الکولو او انرژۍ څخه کار اخلو.
٨. ځکه چې نشه يي توکو ته مو پناه وړې ده.
٩. ځکه چې اروايي هوساینه او سکون نه لرو.
١٠. ځکه چې د وینې شکر ته پاملرنه نه کوو.
١١. ځکه چې له ژر انزال کېدو څخه وېره لرو.
١٢. ځکه چې مېرمن خپل خاوند ته زړه نه ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې جنسي ارضا (ارګازم) ته نه رسيږي؟

۱. ځکه چې په جنسي اړيکو کې مثبته او فعاله ونډه نه لري.

۲. ځکه چې په دې نه پوهېږي دا کار يې خاوند هم خوروي.

۳. ځکه چې ښايي د جنسي اړيکو خوند يې لږ تجربه کړی وي.

٤. ځکه چې مېرمنې د دې ګډوډۍ په اړوند سمې نه پوهيږي.

۵. ځکه چې ارګازم ته د رسېدلو په لارو چارو نه پوهېږي.

٦. ځکه چې مېرمنې تل خپل جنسي خوند له خاوند نه قربانوي.

۷. ځکه چې کله کله ځيني مېرمنې له خپل خاوند سره تمثيل کوي.

۸. ځکه چې ځيني مېرمنې جنسي ارضا ته ارزښت نه ورکوي.

۹. ځکه چې ښايي ناسمو جنسي مالوماتو ته يې پناه وړې وي.

۱۰. ځکه چې ښايي په ماشومتوب کې له جنسي اړخه رټل شوي وي.

۱۱. ځکه چې ښايي د جنسي ارضا په اسانه لارو به نه پوهيږي.

۱۲. ځکه چې د جنسي اړيکو څانګې متخصص ته مراجعه نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارينه په څنډ ارضا يا خلاصيږي؟

۱. څکه چې په ځينو نرانو کې دا يو نورمال حالت دی.
۲. څکه چې په جنسي اړيکو کې يې مېرمن مرسته نه کوي.
۳. څکه چې مېرمنې د جنسي اړيکو پر مهال هر څه وايي.
٤. څکه چې نارينه همدا خوشبوي او د ښځې نظر نه غواړي.
٥. څکه چې مېرمنې په دې برخه کې مرسته نه ورسره کوي.
٦. څکه چې مېرمنې د دې ستونزې په حل کې سم چلند نه کوي.
۷. څکه چې نيږدې ۸ سلنه نران دا ستونزه لري او ورسره وي.
۸. څکه چې په ځينو نرانو کې د الکولو کارول دا ګډوډي پيدا کوي.
۹. څکه چې ځينو نرانو ته چاغښت هم دا ستونزه پيدا کولی شي.
۱۰. څکه چې کله کله عادي وي او اروايي ستونزه نه بلل کيږي.
۱۱. څکه چې ښايي نران د جنسي اړيکو پر مهال ډېر فشار ولري.
۱۲. څکه چې نارينه د خپلو جنسي اړيکو په شمېر کې زياتی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه ژر خلاصيږي؟

۱. ځکه چې نارينه د عاطفې په پرتله ډېر جنسي عمل کوي.
۲. ځکه چې په ځينو نرانو کې په لومړيو کې عادي وي.
۳. ځکه چې دا يو پړاو دی او د عمر په لوړېدو حل کيږي.
٤. ځکه چې کېداى شي ستونزه روغتيايي وي او حل شي.
۵. ځکه چې ځيني نران ډېرې او نامنظمې جنسي اړيکې لري.
٦. ځکه چې ښايي په اوني کې يوځل جنسي اړيکه ولري.
۷. ځکه چې د جنسي اړيکو پر مهال د ښځې بدن ته ګوري.
۸. ځکه چې ښايي ځيني اروايي او جسمي ستونزې ولري.
۹. ځکه چې دخول په ډېره چټکۍ او ګړندي ډول سره کوي.
۱۰. ځکه چې د ستونزې ارواپوهنيزې درملنې ته يې پام نه کوي.
۱۱. ځکه چې ښايي د اړيکو پر مهال اضطراب او سټرس ولري.
۱۲. ځکه چې په هر نارينه کې دا ستونزه شته او درملنه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځپلسرو درملو کارول جنسي ګډوډۍ پیدا کوي؟

۱. ځکه چې ځپلسري درمل لیوالتیا او وړتیاوې ختموي.
۲. ځکه چې ځینې جنسي درمل جنسي اړیکې تباه کوي.
۳. ځکه چې درمل لنډ مهاله اغېز او مرسته کولی شي.
٤. ځکه چې د درملو اغېز نران تر پخوا نا هیلي کوي.
۵. ځکه چې پر جنسي اړیکو باندې یې منفي اغېز کوي.
٦. ځکه چې د درملو په کارولو کې وخت ته پام نه کوی.
۷. ځکه چې انتي سایکوټیک درمل ستونزې راټوکوي.
۸. ځکه چې دا ستونزه ډېر ځله اروايي درملنه غواړي.
۹. ځکه چې په دې اړه اړینو مالوماتو ته لاسرسی نشته.
۱۰. ځکه چې ښايي ځینې ګډوډۍ د درملو له امله نه وي.
۱۱. ځکه چې ښايي غیرعلمي خبرو ته مو غو نیولی وي.
۱۲. ځکه چې چې درملنه او مشوره دواړه نه ترسره کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړیکو کې منفي هیجان ونه لرو؟

۱. ځکه چې منفي هیجانونه د دواړو جنسي پارونه کموي.
۲. ځکه چې که هیجانونه مثبت وي جنسي خوند شونی دی.
۳. ځکه چې جنسي اړیکه په ذهني هوساینه کې شونې ده.
٤. ځکه چې د ناسم پوهېدنې، شک او ناهیلیتوب لامل گرځي.
٥. ځکه چې منفي هیجانونه جنسي کړه وړه سست او گډوډوي.
٦. ځکه چې ٦٢سلنه ژورخپگان لرونکي خلک گډوډي لري.
٧. ځکه چې منفي هیجانونه د نرانو د نعوظ گډوډي ډېروي.
٨. ځکه چې د هیجانونو له منفي اغېز لا تر اوسه خبر هم نه یو.
٩. ځکه چې په جنسي او گډ ژوند کې ستونزې جوړولی شي.
۱۰. ځکه چې د ژوند او جنسي اړیکو لوی وژونکی او لامل دی.
۱۱. ځکه چې د منفي هیجانونو له امله جنسي لیوالتیا نه پاریږي.
۱۲. ځکه چې کولی شي موږ له جنسي اړیکو څخه ستړي کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د نورو په ژوند کې وخت ضايع نه کړو؟

۱. ځکه چې نورو ته پام له ځان سره مينه او محبت راکموي.
۲. ځکه چې په ګډ ژوند او اړيکو مو منفي اغېز کولی شي.
۳. ځکه چې نورو ته پام د ژوند د ملګري ملاتړ رانه اخلي.
٤. ځکه چې موږ د نورو د ګډ ژوند په اړوند مسوول نه يوو.
۵. ځکه چې ځيني مېرمنې په دې اړوند يو څه وسواس لري.
٦. ځکه چې ځينو مېرمنو ته ګډ جنسي ژوند لومړيتوب نه لري.
۷. ځکه چې ځيني نران او ښځې له ملګري سره مينه نه لري.
۸. ځکه چې ځيني د نورو د ژوند په خاطر خپل ژوند هېروي.
۹. ځکه چې په دې کار سره خپله روغتيا هم له ياده باسي.
۱۰. ځکه چې په دې کار سره خپلې اړتياوې راکمې او نابودوي.
۱۱. ځکه چې موږ په دې اړوند پوره مالومات او مطالعه نه لرو.
۱۲. ځکه چې دا کار له ذهني اړخه کورنۍ ډېره بوختولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړیکو پر مهال د مېرمنې نظر واخلو؟

۱. ځکه چې نظر غوښتل د دواړو په جنسي خوند کې ونډه لري.
۲. ځکه چې له مېرمنې نظر غوښتل مو اړیکې نورې هم سموي.
۳. ځکه چې په دې کار سره د نر او ښځې همغږي ډېرېدی شي.
٤. ځکه چې ډېری ښځې پرته له نظر غوښتنې خپل نظر نه وايي.
۵. ځکه چې د دواړو اړیکې هغه مهال بریالۍ وي چې نظر وي.
٦. ځکه چې په هره جنسي اړیکه کې پیل، غځول او پای مهم دی.
۷. ځکه چې مېرمنې په خبرو او نظر غوښتنې پارول کېږي هم.
۸. ځکه چې له مېرمنې نظر اخیستل هغې ته د درناوي په مانا ده.
۹. ځکه چې غواړي په جنسي اړیکه کې پوره ونډه او نظر ولري.
۱۰. ځکه چې نظر تمرکز او لا ښې جنسي اړیکې جوړولی شي.
۱۱. ځکه چې پرته له نظر غوښتنې جنسي اړیکې هوساینه نه لري.
۱۲. ځکه چې په نظر غوښتلو سره ډېری ستونزې حل کېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې او څنګه جنسي عاطفه له مینځه وړو؟

۱. څکه چې کله ناکله خپل جنسي ملګری یوازې پرېږدو.
۲. څکه چې کله د ګډ ژوند ملګري ته ارزښت نه ورکوو.
۳. څکه چې کورنۍ او پوهه مو یو له بله سره توپیر لري.
٤. څکه چې دواړه ډېر بوخت یو او یو بل ته وخت نه ورکوو.
٥. څکه چې کورنۍ تل زموږ په ژوند کې لاسوهنه کوي.
٦. څکه چې د عاطفي او جنسي اړیکو په اړوند نه پوهېږو.
۷. څکه چې دواړه د معجزې په تمه یو، نه د حل په لټه.
۸. څکه چې په سختو حالتونو کې یو بل ته نه رسېږو.
۹. څکه چې یو بل هماغسې چې یو نه شو سره منلی.
۱۰. څکه چې د ستونزو حل کې په هوساینه عمل نهکوو.
۱۱. څکه چې مینه د هرې ستونزې او ناخوالې حل نه ګنو.
۱۲. څکه چې د روغتیا او ستونزو په وخت کې مرسته نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځينو جنسي اړيکې اوږدمهاله او روغې نه دي؟

١. ځکه چې ډېری د جنسي او ګډ ژوند په اړه نه پوهيږي.

٢. ځکه چې جنسي ژوند او نور مسايل نشي سره بېلولی.

٣. ځکه چې نر يوازې د جنسي اړيکو په خوند فکر کوې.

٤. ځکه چې نران او ښځې د يوه او بل توپير نه شي منلی.

٥. ځکه چې بدلون نه مني او يوازې پر ځان ډېر فکر کوي.

٦. ځکه چې د جنسي اړيکو په اړوند ناسمې انګېرنې لري.

٧. ځکه چې يو بل نه درک کوو او سره پرتله کوو يې.

٨. ځکه چې نران له ديکتاتورۍ او زورزياتي لاس نه اخلي.

٩. ځکه چې له خولې پارچاوه دي او د يو بل راز نه ساتي.

١٠. ځکه چې کېدای شي ناوړه عاطفي او جنسي مخينه ولري.

١١. ځکه چې پرته له دې چې حل شي نور يې هم سره لويوي.

١٢. ځکه چې اضطراب او خپګان يې هم لامل ګرځېدلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري لږ جنسي اړیکې لري؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې یې ناکامې او مایوسه شوې دي.
۲. ځکه چې مېرمنې د جنسي احساساتو له ویلو ډډه کوي.
۳. ځکه چې نارینه د مېرمنو له نه لېوالتیاوو نه ځوریږي.
٤. ځکه چې مېرمنې فکر کوي جنسي اړیکې د نرانو دي.
۵. ځکه چې نران یې احساسي اړخ ته ارزښت نه ورکوي.
٦. ځکه چې نارینه له مېرمنو سره پوره مرسته نه کوي.
۷. ځکه چې په جنسي اړیکو خبرې او ګډ بحث نه کوي.
۸. ځکه چې په ژوند کې نورې اروایي او کورنۍ ستونزې لري.
۹. ځکه چې د ژوند په نورو چارو کې ډېر بوخت شوي دي.
۱۰. ځکه چې ښایي ښځې لږ او نران ډېر ارزښت ورکړي.
۱۱. ځکه چې د جنسي اړیکو په اړه پوهاوی په نشت حساب دی.
۱۲. ځکه چې د ستونزو د حل په موخه درملنې ته پام نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نران د جنسي اړيکو لپاره شله کېږي؟

۱. ځکه چې نارينه د مېرمنو په پرتله ډېره اړتيا لري.

۲. ځکه چې خپلې مېرمنې ته خپل احساس ويلی شي.

۳. ځکه چې ښايي کوم څه پارولي وي او غواړي يې.

٤. ځکه چې نرانو دا منلې چې دوی بايد اقدام وکړي.

۵. ځکه چې کورنيو هم په همدې توگه روزلي دي.

٦. ځکه چې دا يې نه ده منلې چې د ښځې نظر مهم دی.

۷. ځکه چې تر اوسه يې چې هرڅه غوښتي، کړي يې دي.

۸. ځکه چې نران ډېر ژر پاريږي او ژر خلاصيږي.

۹. ځکه چې ډېری نران د وړانديز نه منل نشي زغملی.

۱۰. ځکه چې نران هر څه د خپل ذهن له نظره سنجوي.

۱۱. ځکه چې د ستونزې د حل لپاره يې هڅه نه ده کړې.

۱۲. ځکه چې د خپلو عواطفو مديريت ترې شړېدلی دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو په بڼه کې بدلون راولو؟

۱. ځکه چې نران يې غوښتونکي او راوړونکي دي.
۲. ځکه چې کله ناکله مو د وخت په تېرېدو ستړي کوي.
۳. ځکه چې له بدلون پرته خوند او کيفت له لاسه ورکوي.
٤. ځکه چې بدلون نه راوړل د نرانو د خيانت لامل گرځي.
۵. ځکه چې بدلون ښځو سره په ارگازم کې مرسته کوي.
٦. ځکه چې په يوه بڼه جنسي د ستړيا او درد لامل گرځي.
۷. ځکه چې بيا په هماغه يوه حالت عادت او روږدي کېږو.
۸. ځکه چې په گډ ژوند کې مسووليت مننه هم ډېروی شي.
۹. ځکه چې په يوه بڼه جنسي اړيکې د دويم واده لامل گرځي.
۱۰. ځکه چې يوه عربي مقوله ده چې وايي:((کل جديداً لذيذاً)).
۱۱. ځکه چې د نورو جنسي اړيکو او ناروغيو لامل گرځي.
۱۲. ځکه چې په لاشعوري ډول يو له بله سره لرې کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نران د خپلو ښځو ستاينه او هڅه ونه وکړي؟

۱. ځکه چې مېرمنې د اورېدو له لارې مينيږي او ستاينه خوښوي.
۲. ځکه چې د مينې کليمه په ژبه راوړل مېرمنو ته ارزښت لري.
۳. ځکه چې دا کار نرانو ته هم خوښي راوړونکې او خوندوره ده.
٤. ځکه چې د مېرمنو وسواس، اضطراب او ذهني فشار راکموي.
۵. ځکه چې مېرمنې تر هغو خوند نه اخلي تر څو مينه ناکې نشي.
٦. ځکه چې صفت او ستاينه کله ناکله يوه اړينه اړتيا شمېرل کېږي.
۷. ځکه چې موږ سوچ کوو د اړيکو دا اړخ ډېر ارزښت نه لري.
۸. ځکه چې د ژوند اړيکې به مو له شور، مزو او خونده ډک شي.
۹. ځکه چې ستاينه د جنسي اړيکو او ارګازم لپاره اړينه بلل کېږي.
۱۰. ځکه چې که يې خاوند ستاينه ونه کړي بل څوک به يې وکړي.
۱۱. ځکه چې پرته له ستاينې او هڅونې مو اړيکې ستړي کېږي.
۱۲. ځکه چې ارواپوهانو ستايته د نر او ښځې يوه لويه تمه بللې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو پر مهال غوصه وله کړو؟

۱. څکه چې د ارواپوهنې بېلابېلې څېړنې پرې ټينگار کوي.
۲. څکه چې په نارينه وو کې د ژر خلاصېدو لامل گرځي.
۳. څکه چې ډېرى مېرمنې د نارينه وو غوصه جدي نيسي.
٤. څکه چې ښايي د بدو او خواشينوونکو خبرو لامل شي.
۵. څکه چې د جنسي اړيکو د خوند د کمېدو لامل گرځي.
٦. څکه چې نرن د غوصې پر مها نيږدېوالى نه خوښوي.
۷. څکه چې مېرمنې د غوصې ډېره اړتيا خبرو ته لري.
۸. څکه چې ښايي له اروايي اړخه يو بل ته زيان ورسوي.
۹. څکه چې ښايي جنسي لېوالتيا او پارېدنه راکم کړي.
۱۰. څکه چې غوصه آن د جنسي گډوډيو لامل هم گرځي.
۱۱. څکه چې د جنسي هورمونونو په ترشح بده اغېزه کوي.
۱۲. څکه چې غوصه د جنسي اړيکو خوند نيم راکمولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې پخوانۍ جنسي اړیکې او بد یادونه هېر کړو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري ملاتړ به له لاسه ورکړو.

۲. ځکه چې پرته له دې به مو جنسي ژوند سخت زیان ووینې.

۳. ځکه چې پرته له دې جنسي اړیکې ګرانې او ناشونې کېږي.

٤. ځکه چې د دواړو تر منځ د کینې او حسادت لامل کېدی شي

۵. ځکه چې د ذهني فشار لامل ګرځي او جنسي پارېدنه کموي.

٦. ځکه چې پخوانۍ جنسي اړیکې که ښه وه که بد نور نو نشته.

۷. ځکه چې د جوړجاړي، زغم او یو بل منلو ذهنیت له مورږ اخلي.

۸. ځکه چې تېر هېڅکله هم بدلون نه کوي، نو باید هېر یې کړو.

۹. ځکه چې ډېری نارینه فکر کوي د تېر په اړه پوهېدل اړین دي.

۱۰. ځکه چې تېر یوازې ژور خپګان راکولی شي نور هیڅ نه.

۱۱. ځکه چې د دې لامل ګرځي چې اوسنی ژوند له لاسه ورکړو.

۱۲. ځکه چې ښایي په بېلابېلو اروایي ګډوډیو مو اخته کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړيکو ټينګار وکړو؟

۱. ځکه چې جنسي اړيکې د ذهني فشار په کمولو کې مرسته کوي.
۲. ځکه چې ژور خپګان به مو له ګډ کورني ژوند څخه لرې شي.
۳. ځکه چې روغ جنسي اړيکې د ژوند لپاره ډېرې اړينې بلل شوي.
٤. ځکه چې د جنسي اړتياوو پوره کېدل د نوښتګرۍ لامل ګرځي.
۵. ځکه چې جنسي اړيکې ګډ کورنی ژوند خوښ او ښکلی کوي.
٦. ځکه چې جنسي اړيکې د روغې او طبيعي ودې لامل ګرځي.
۷. ځکه چې جنسي اړيکې د انسانانو د اروايي روغتيا لامل ګرځي.
۸. ځکه چې روغ جنسي اړيکې ښځه او نر سره خوښولی شي.
۹. ځکه چې نه لرل يې د ټولنيز او اخلاقي فساد لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې نه لرل يې ښايي د جنسي ګډوډيو لامل هم شي.
۱۱. ځکه چې د ژوند د ډېرو ارزښتناکو اړيکو په ډله کې راځي.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند له لومړيو او بنسټيزو اړتياوو څخه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ښې جنسي اړیکې د نورو اړیکو لپاره ګټورې دي؟

۱. ځکه چې د نړۍ تر ټولو پیچلې موارد جنسي دي.
۲. ځکه چې د ښو جنسي اړیکو لرونکي انسانان روغ وي.
۳. ځکه چې جنسي اړیکې د بدن اضافي انرژي مصرفوي.
٤. ځکه چې پرته له جنسي اړیکو انرژي په غوصه بدلیږي.
۵. ځکه چې ناسمې جنسي اړیکې د لویو بېلاریو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې له مخې یې انسانان ډېر درک او پېژندل کېږي.
۷. ځکه چې په نړۍ کې د ٦۳ سلنه جګړو لامل جنسي دي.
۸. ځکه چې څېړنې وايي ښې جنسي اړیکې د بریا لامل دي.
۹. ځکه چې د نړۍ د ستونزو یو تر ټولو لوی لامل همدا دی.
۱۰. ځکه چې جنسي اړیکې له نورو اړیکو سره اړیکه لري.
۱۱. ځکه چې جنسي اړیکې لومړنۍ ژورې انساني اړیکې دي.
۱۲. ځکه چې افغان کورنۍ او وګړي دا لامل نه درک کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېرى کسان له ښو جنسي اړیکو سره بلد نه دي؟

١. ځکه چې د نورې نړۍ په پرتله يې دلته په اړوند پوهه نشته.
٢. ځکه چې په دې اړه خبرې نه کوو او مالومات هم نه لرو.
٣. ځکه چې د جنسي اړيکو زده کړه عيب او ناوړه چاره ګڼو.
٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې يې په ژور اغېز سر نه خلاصوو.
٥. ځکه چې په ښوونځيو کې يې په اړوند ځانګړى متن نشته.
٦. ځکه چې ډېرى کسان يې په اړوند د وضاحت هوډ نه کوي.
٧. ځکه چې له مسلکي مشاور څخه لارښوونه او مرسته نه اخلي.
٨. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند د ملګري د خوښۍ راز يې نه ګڼو.
٩. ځکه چې نه پوهېږو همدا جنسي اړيکې مو هوسا او آراموي.
١٠. ځکه چې جنسي اړيکې د ژوند د ملګري ملاتړ جلبوي شي.
١١. ځکه چې په دې اړوند بحث او پوښتنې د ملنډو لامل ګرځي.
١٢. ځکه چې جنسي اړيکې په افغاني ټولنه کې لا ارزښتمندې نه دي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي فقر د خیانت د یوه لامل په توګه وپېژنو؟

۱. ځکه چې خاوند او مېرمن جنسي اړیکو ته اړتیا لري.
۲. ځکه چې جنسي اړیکې اړتیا ده او اخر یې پوره کول غواړي.
۳. ځکه چې ښایي له خپلو جنسي اړیکو نه خوښ نه وي.
٤. ځکه چې ښایي له کوره بهر عاطفی اړیکې جوړې کړي.
٥. ځکه چې څېړنو ثابته کړې، جنسي فقر خیانت پیدا کوي.
٦. ځکه چې جنسي فقر جنسي عقدې مینځ ته راوړلی شي.
٧. ځکه چې تنوع غوښتنه د انساني ژوند یوه لویه اړتیا ده.
٨. ځکه چې ښایي نور له خپل جنسي ملګري ناهیلي شي.
٩. ځکه چې د خاوند یا مېرمنې د جنسي روږدتیا لامل ګرځي.
١٠. ځکه چې کېدای شي یو له دوی څخه جنسي لوږه ولري.
١١. ځکه چې کېدای شي جنسي فقر ټول فکر جنسي کړي.
١٢. ځکه چې کېدای شي خپلې جنسي اړیکې مدیریت نشي کړای.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ځينو هېوادونو کې ډله ييزې جنسي اړيکې دود دي؟

۱. ځکه چې دغه انسانان جنسي ګډوډي لري.
۲. ځکه چې ښايي د خپلو جنسي اړيکو له پايلو نه وي خبر.
۳. ځکه چې کېداى شي تجارتي بڼه او ډول يې اخيستى وي.
٤. ځکه چې ښايي هغه ټولنه له جنسي فقر سره مخامخ وي.
۵. ځکه چې ډېرځله ترې په هغو ټولنو کې مخنيوى نه کېږي.
٦. ځکه چې د ځوانۍ له لومړيو نه همداسې عادتونه شته وي.
۷. ځکه چې کېداى شي له رواني ګډوډيو نه ځورېدلي وي.
۸. ځکه چې ښايي ساديزم يا مازوخيزم رواني ګډوډي ولري.
۹. ځکه چې ښايي د نه مديريت په جنسي روږدتيا اخته وي.
۱۰. ځکه چې کېداى شي له قانوني اړخه ځانګړې خنډ ونه لري.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي، دا کړنې جنسي ژوند له منځه وړي.
۱۲. ځکه چې ښايي په يادو ټولنو کې ډېر تبليغ او دود شوي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ډېری هېوادونو کې جنسي اړیکې آزادې دي؟

۱. ځکه چې له ماشومتوبه یې هماغسې روزنه شوې ده.
۲. ځکه چې ډېر شوي، عام شوي او عادي کړي یې دي.
۳. ځکه چې له ۱۸ کلنۍ وروسته آزادي ورکول کېږي.
٤. ځکه چې ونه شي کولی دا مسایل کنترول او بند کړي.
۵. ځکه چې په کلتور کې یې جنسي اړیکې ګنډل کېږي.
٦. ځکه چې د ګڼو ملتونو سوداګرو ګټې پکې نغښتې دي.
۷. ځکه چې هلته د یوازیتوب او یوځایوالي امکانات شته.
۸. ځکه چې ډېری ټولنې یې د خوړو په څېر یوه اړتیا بولي.
۹. ځکه چې په ډېری ټولنو کې یې قانون اجازه ورکړې.
۱۰. ځکه چې واده او کورنۍ جوړول ورته ارزښت نه لري.
۱۱. ځکه چې ډېری کورنۍ بوختې او مصروفه شوې دي.
۱۲. ځکه چې د اولاد په ژوند کې د کورنیو ونډه کمه شوې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي اړتیاوې پوره کړو؟

١. ځکه چې د خوړو او اوبو په څېر یوه انساني اړتیا ده.
٢. ځکه چې پوره کېدل یې ریښتینې هوساینه پیدا کوي.
٣. ځکه چې نه پوره کېدل یې ذهني ستونزې راټوکوي.
٤. ځکه چې پرته له دې به په جنسي بېلاریو اخته شو.
٥. ځکه چې که پوره نه شي ګڼې ناسالمه اړیکې پیدا کوي.
٦. ځکه چې له جنسي ستونزو او بېلاریو مخنیوی کوي.
٧. ځکه چې د اروایي ستونزو او ګډوډیو مخنیوی کوي.
٨. ځکه چې دفاعي سیستم مو تقویه او عمر مو اوږدوي.
٩. ځکه چې انرژي به مو ډېره او ښکلا به مو تازه کړي.
١٠. ځکه چې پر ځان باور او درناوي سره مو مرسته کوي.
١١. ځکه چې ورځنۍ اندېښنې مو ډېرولې او لویولی شي.
١٢. ځکه چې سترس، اضطراب او ژورخپګان مو کموي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې روغې جنسي اړيکې ولرو؟

۱. ځکه چې د انساني ژوند يوه لويه ذاتي اړتيا ده.

۲. ځکه چې د صميميت، مينې او محبت لامل ګرځي.

۳. ځکه چې سکون، راحتي او هوساينه پيدا کوي.

٤.ځکه چې څېره مو لا نوره جذابه او ښکلې کوي.

۵. ځکه چې زموږ د زړه روغتيا ته ګټور تماميږي.

٦.ځکه چې پر ځان باور او پر نفس اعتماد لوړوي.

۷. ځکه چې د بدن د ځينو غړو درد مو کمولی شي.

۸. ځکه چې د جنسي بېلاريو څخه مخنيوی کوي شي.

۹. ځکه چې له ناروغه جنسي اړيکو مخنيوی کوي.

۱۰. ځکه چې د جسمي او بدني روغتيا لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې له اروايي ګډوډيو څخه مخنيوی کوي.

۱۲. ځکه چې د انسان د ځوان پاتې کېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له بلوغ نه وړاندې جنسي اړیکې ونه لرو؟

۱. ځکه چې بیا به مو بدن په سمه توګه وده ونشي کولی.
۲. ځکه چې کېدای شي آن زموږ د مرګ لامل شي.
۳. ځکه چې ارواييي انډول ته لوی زیان رسوی شي.
٤. ځکه چې د ډېرو ارواییي ګډوډیو لامل ګرځېدلي.
٥. ځکه چې د ویرو او بدو خوبونو لامل کېدی شي.
٦. ځکه چې وروسته به مو بدن ډېر بد راته ښکاري.
۷. ځکه چې له ارواییي اړخه انسان ته ضربه رسوي.
۸. ځکه چې له واده وروسته جنسي اړیکې زیانمنوي.
۹. ځکه چې ښایي له ګډ ژوند او اړیکو مو بېزار کړي.
۱۰. ځکه چې ښایي له مخالف جنس نه مو کرکه وشي.
۱۱. ځکه چې ښایي بیا مو مغز سالمې اړیکې ونشي منلی.
۱۲. ځکه چې ښایي بیا مو همجنس بازۍ ته لېوالتیا ډېره شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې افغانې جوړې د جنسي اړيکو له ګټو خبرې کړو؟

١. ځکه چې دا د انساني ژوند لپاره اړين موارد دي.
٢. ځکه چې د ورځني ژوند په څېر ارزښتناکه دي.
٣. ځکه چې بيا کولی شي چې ښه يې مديرت کړي.
٤. ځکه چې کولی شي د ژوند خوند يې لا ډېر کړي.
٥. ځکه چې که پوه شي بيا به يې له ګټو کار واخلي.
٦. ځکه چې له خيانت او جدايي يې مخنيوی کوي.
٧. ځکه چې ناپوهي يې د شخړو او طلاق لامل ګرځي
٨. ځکه چې له ناروغه جنسي اړيکو مخنيوی کوي.
٩. ځکه چې دا يې د اړيکو په رغونه کې مرسته کوي.
١٠. ځکه چې تر مينځ يې مينه ناکې کړنې لا ډېروی شي.
١١. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري لا ښو اړيکو ته هڅوي.
١٢. ځکه چې په ټولنه کې د روغو کورنيو شمېر ډېروی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په نورو هېوادونو کې جنسي کتابونه ډېر خپرېږي؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې د ژوند یوه اړینه اړتیا ګڼي.
۲. ځکه چې د ډېرې ټولنیزو ناخوالو یو لامل یې بولي.
۳. ځکه چې د اروايي ګډوډيو په کمولو کې مرسته کوي.
٤. ځکه چې د کتابونو په خپرولو یې ستونزې حل شوي.
۵. ځکه چې خلکو یې د خپرولو په پار وړاندیزونه کړي.
٦. ځکه چې ارواپوهان یې د ستونزو د حل لامل بولي.
۷. ځکه چې د یو بل له اړتیاوو او ځانګړو څخه خبروي.
۸. ځکه چې له ګډ کورني ژوند څخه د خوښۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې د خاوند او مېرمنې تر منځ مینه ډېروي شي.
۱۰. ځکه چې د روغو جنسي اړیکو د رواجولو لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې جنسي اړیکې نورې یو اړخیز نه دي او مهمې شوي.
۱۲. ځکه چې د پرمختللو ټولنو خلک یې په ارزښت پوه شوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د وخت په تېرېدو جنسي اړيکې کمېږي؟

۱. ځکه چې ډېرى انسانان تل د بدلون په اړوند فکر کوي.
۲. ځکه چې ورځ په ورځ يې مسووليتونه ډېر او سختيږي.
۳. ځکه چې يو بل ته وخت نه ورکوي او يو بل ځوروي.
٤. ځکه چې نه پوهيږي، څنګه يې تل پاتې او خوښې کړي.
۵. ځکه چې د يو بل د احساساتو اورېدو ته غوږ نه نيسي.
٦. ځکه چې ډېرى يې په خپلو اړيکو کې بدلون نه راوړي.
۷. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري د يو بل غوښتنو ته پام نه کوي.
۸. ځکه چې نارينه جنسي او ښځينه عاطفي اړيکې غواړي.
۹. ځکه چې مېرمنې له جنسي اړيکو نه ملاتړ ډېر غواړي.
۱۰. ځکه چې دواړه د ځاني اړتياوو اړوند مالومات نه لري.
۱۱. ځکه چې خپلو جنسي اړيکو ته پوره پام او غور نه کوي.
۱۲. ځکه چې د ستونزو د حل په موخه ارواپوه ته نه ورځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو مهارتونه زده کړو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګرو د محبت لپاره اړين دي.
۲. ځکه چې مهارتونه د ګډ ژوند جنسي اړيکې رغولې شي.
۳. ځکه چې هره کړنه له مهارت او پوهې پرته تباهي راوړي.
٤. ځکه چې همدا مهارتونه د مينې او خلوص لامل کېږي.
۵. ځکه چې مهارتونه په جنسي اړيکو کې بدلون راولي.
٦. ځکه چې مهارتونه د مېرمنو ارګازم هوسا کولی شي.
۷. ځکه چې په جنسي اړيکو کې د اندېښنې مخنيوی کوي.
۸. ځکه چې مهارتونه د دواړو اړخونو لېوالتيا راټوکوي.
۹. ځکه چې مهارتونه يو پر بل باور پيدا او لوړولی شي.
۱۰. ځکه چې دواړه لوري به جنسي اړيکو ته علاقه وښيي.
۱۱. ځکه چې له مهارته پرته به اړيکې ډېرې سړې او کمې شي.
۱۲. ځکه چې هر څه په ژوند کې مهارت ته ډېره اړتيا لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې جنسي اړیکو ته د عاطفي اړیکو په سترګه ګوري؟

۱. ځکه چې مېرمنې له چمتووالي پرته اړیکې عاطفي نه بولي.
۲. ځکه چې د مېرمنو بیولوژیکي جوړښت په همدې ډول دی.
۳. ځکه چې نارینه ذاتاً جنسي او مېرمنې ذاتاًعاطفي جوړ شوي.
٤. ځکه چې د مېرمنو هورمونونه ډېر عواطف را پارولی شي.
۵. ځکه چې مېرمنې عاطفي او نارینه جنسي روزل شوي دي.
٦. ځکه چې د نارینه او ښځینه توپیرونو په اړه مالومات نه لرو.
۷. ځکه چې نارینه او ښځینه ته اړین مالومات نه ورکول کېږي.
۸. ځکه چې ډېرې مېرمنې خپل احساسات دننه او شاته پرېږدي.
۹. ځکه چې نارینه د ښځو دې اړتیاوو ته لږ ارزښت ورکوي.
۱۰. ځکه چې ښځې کم خلك د مېرمنو دې ستونزې ته پام کوي.
۱۱. ځکه چې ډېرې کسان نه پوهیږي چې جنسي اړیکې اړتیا ده.
۱۲. ځکه چې دواړو اړخونو ارزښت ته مو سم پام نه دی شوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه فکر کوي، چې مېرمنې جنسي لېوالتیا نه لري؟

۱. ځکه چې مېرمنې د جبري ودونو له امله لېوالتیا نه ښيي.
۲. ځکه چې کورنیو په همدې ډول روزلي او ډارن لوی دي.
۳. ځکه چې نارینه مېرمنو ته د امنیت احساس نه ورکوي.
٤. ځکه چې مېرمنې احساسات له خاوند سره نه شریکوي.
٥. ځکه چې ډېری د جنسي اړیکو رغولو خبره نه سره کوي.
٦. ځکه چې ښځو له واده وړاندې جنسي زده کړې نه دي کړې.
٧. ځکه چې ډېری نارینه د مېرمنو په توپیرونو سم نه دي پوه.
٨. ځکه چې نارینه له مېرمنو څخه په دې اړوند نظر نه اخلي.
٩. ځکه چې ښځینه لومړی مینیږي او بیا جنسي اړیکه جوړوي.
۱۰. ځکه چې نارینه له جنسي توب سره سره باید احساسي شي.
۱۱. ځکه چې نارینه په بیا بیا ځلې له رد کېدو سره مخ شوي دي.
۱۲. ځکه چې ښایي د مېرمنو له لوري یې غوښتنه رد شوې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې بیولوژیکي توپیرونو ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې دواړه لوري خپل ځانګړي هورمونونه لرو.

۲. ځکه چې دواړه په بېلابېلو بڼو تحریک او پارول کېږو.

۳. ځکه چې نارینه هورمون له ارضا وروسته ژر آزادیږي.

٤. ځکه چې ښځینه هورمون له ارضا وروسته هم پاتې وي.

۵. ځکه چې ښځې له اړیکو وړاندې په اسانۍ نه پارول کېږي.

٦. ځکه چې ښځې له پاربدو وړاندې یو ډول ګرمي حس کوي.

۷. ځکه چې ښځې د خاوند په خوا کې له کیناستلو خوند اخلي.

۸. ځکه چې نارینه آن د مېرمنې د بدن له لمس هم خوند اخلي.

۹. ځکه چې نارینه له پاربدلو وروسته ژر جنسي اړیکه ساتي.

۱۰. ځکه چې نارینه په ډېره سختۍ خپله پاربدنه کنټرولولی شي.

۱۱. ځکه چې ډېرې کورنۍ او جنسي ستونزې له همدې امله دي.

۱۲. ځکه چې پرته له دې به دواړه لوري د کمۍ احساس وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ټول فکر کوي، چې نارينه جنسي اړيکو ته ډېره اړتيا لري؟

۱. ځکه چې ډېری نه پوهيږی چې نارينه مينې ته هم اړتيا لري.
۲. ځکه چې ډېری نارينه له همجنس سره خپله مينه ښکاره کوي.
۳. ځکه چې ډېری مېرمنې په دې اړوند سمه مطالعه نه لري.
٤. ځکه چې مېرمنې نه پوهيږي نارينه د مينې لپاره جنسي کيږي.
۵. ځکه چې ډېری نارينه د کار په خاطر عواطف له مينځه وړي.
٦. ځکه چې مېرمنې نه پوهيږي د نارينه وو په اړه بايد ډېر زده شي.
۷. ځکه چې نارينه ډېرځله د خپلو احساساتو په هکله خبرې نه کوي.
۸. ځکه چې مېرمنې بېځايه قضاوت کوي او خپل خاوند نه درک کوي.
۹. ځکه چې ډېری نارينه همداسې په جنسي روحيه روزل شوي دي.
۱۰. ځکه چې ډېرځله نارينه او مېرمنې يو بل په سم ډول نه درک کوي.
۱۱. ځکه چې ډېری د اړيکو په اړوند مطالعه او سمه څېړنه نه کوي.
۱۲. ځکه چې له ارواپوه او مشاور څخه مشوره او مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې یوه جوړه له جنسي اړیکو څخه مخ اړوي؟

۱. ځکه چې د یو او بل په توپیرونو باندې نه پوهیږي.
۲. ځکه چې ډېرځله له یو بله څخه بېځایه غوښتنې کوي.
۳. ځکه چې د خپلو جنسي اړیکو په هکله خبرې نه کوي.
٤. ځکه چې ډېری یې جنسي مسایلو ته ناسمه مانا ورکوي
۵. ځکه چې ډېری زوجین یو بل ته متقابل درناوی نه لري.
٦. ځکه چې د ډېری افغانانو جنسي اړیکې یو اړخیزه دي.
۷. ځکه چې مېرمنې مینه خوښوي، خو نارینه نه پوهیږي.
۸. ځکه چې یو بل ته وخت نه لري او له دې ستړي شوي.
۹. ځکه چې کله کله یې وخت تېربدل هم لامل کېدای شي.
۱۰. ځکه چې د اړیکو ځای او شرطونه یې ناسمه بڼه لري.
۱۱. ځکه چې دا مسئله شرموونکې، ننګ او ډېر بد عمل ګڼي.
۱۲. ځکه چې له خپلو پخوانیو اړیکو نه ښه خاطره نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه او ښځینه پر یو بل وپوهېږي؟

۱. ځکه چې په مینځ کې یې مینه او محبت لا ډېرېږي.
۲. ځکه چې په دې کار مېرمنې د ارزښت احساس کوي.
۳. ځکه چې دا کار د مېرمنو جنسي انګېزه پارولی شي.
٤. ځکه چې په دې سره به له خپل ژوند څخه خوښ شي.
٥. ځکه چې پرته له دې د یو بل په زړه کې ځای نه نیسي.
٦. ځکه چې ښځې هم جنسي اړیکې غواړي او خوښوي.
۷. ځکه چې په دې سره یو بل له عاطفي اړخه خوښ کړي.
۸. ځکه چې د دواړو اړیکې به د یو بل د اړتیا اړوند وي.
۹. ځکه چې مېرمنې د خاوند په مینه کولو ښه وده کوی شي.
۱۰. ځکه چې دا کار د منفي فکرونو او ستونزو مخنیوی کوي.
۱۱. ځکه چې مېرمنې په ژوند کې پیاوړي ملاتړ ته اړتیا لري.
۱۲. ځکه چې جنسي اړیکې د دواړو لورو لپاره ارزښت لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ښځې خپلې جنسي الګېرنې خاوند ته نه وايي؟

١. ځکه چې فکر کوي شرم، ننګ او بده خبره ده.
٢. ځکه چې خاوند ورته د امن احساس نه ورکوي.
٣. ځکه چې کله نا کله دواړه ډېر زيات بوخت وي.
٤. ځکه چې نارينه د خپل ځان په څېر انګېرنه کوي.
٥. ځکه چې ډېرى مېرمنې نارينه بې احساسه بولي.
٦. ځکه چې مېرمنو ته د خبرو کول نه دي زده شوي.
٧. ځکه چې کورنۍ يې هم شرم، ننګ او ناسم ګڼي.
٨. ځکه چې د جنسي مسايلو په اړوند مطالعه نه لري.
٩. ځکه چې په دې اړه له خاوند نه مرسته نه غواړي.
١٠. ځکه چې جنسي اړيکو ته په ژوند کې کم ګوري.
١١. ځکه چې کورنيو يې سمه لارښوونه نه ده کړې.
١٢. ځکه چې فکر کوي خاوند به يې بې شرمه وګڼي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه په جنسي اړیکو کې مرسته وکړي؟

۱. ځکه چې په دې کار سره نارینه د ارزښت احساس کوي.
۲. ځکه چې په دې سره به د مېرمنې اړتیاوې هم پوره کړي.
۳. ځکه چې نارینه کولی شي په اړیکو کې ښه وده وکړي.
٤. ځکه چې له خپلې مېرمنې سره به د نارینه مینه ډېره شي.
۵. ځکه چې په جنسي اړیکو کې تل لومړی گام نارینه اخلي.
٦. ځکه چې ډېری نارینه د درناوي حس لري او مرسته کوي.
۷. ځکه چې د مېرمنې په ریښتینې هوساینه کې مرسته کوي.
۸. ځکه چې مېرمنې د خاوند له لوري مرسته کول خوښوي.
۹. ځکه چې پرته له دې به مېرمن ژور جنسي خوند ونه ویني.
۱۰. ځکه چې د گډ کورني ژوند ملگري تل یو بل ته اړتیا لري.
۱۱. ځکه چې نارینه خپله مېرمنه خپل ټول ژوند او مینه گڼي.
۱۲. ځکه چې په دې سره مېرمنې اروايي هوساینه احساسوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مينه وکړو ترڅو مو جنسي اړيکې ښکلې شي؟

۱. ځکه چې د ژوند ملګري به يو بل ښه سم وپېژني.
۲. ځکه چې يوازې په مينې جنسي خوند ته رسېږو.
۳. ځکه چې له مينې پرته جنسي اړيکې خوند نه لري.
٤. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري يې ډېره خوښوي شي.
۵. ځکه چې اول مينه او بيا جنسي خوند تجربه کوي.
٦. ځکه چې ښځې له جنسي اړيکو وړاندې ورته اړې دي.
۷. ځکه چې په مينه د دواړو درک او پوهه لوړېږي.
۸. ځکه چې مينه تل د هرې ناروغي درملنه کولی شي.
۹. ځکه چې مينه د برياليتوب لوی راز او پاسورډ دی.
۱۰. ځکه چې په مينه کولو هر څه ارزښتمند کېدی شي.
۱۱. ځکه چې په مينه د مېرمنو عاطفي اړتيا پوره کېږي.
۱۲. ځکه چې مېرمن د مينې په نه شتون کې شک کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله مېرمنې لومړی جنسي اړيکې پيلوي؟

١. ځکه چې هوښيار نارينه له هغوی ځخه ملاتړ کوي.
٢. ځکه چې پوهيږي په دې سره به يې مينه ډېره شي.
٣. ځکه چې مېرمنې هم د جنسي اړيکو د پيل حق لري.
٤. ځکه چې ډېرځله د دواړو لورو تر مينځ مينه ډېروي.
٥. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري د ارزښت احساس کوي.
٦. ځکه چې دا د بريااليو جوړو يوه ځانګړنه ګڼل کيږي.
٧. ځکه چې په دې سره دواړه لوري يو د بل منل زده کوي.
٨. ځکه چې نارينه له داسې مېرمنو سره ډېره مينه لري.
٩. ځکه چې دا کار نارينه ته د هوساينې احساس ورکوي.
١٠. ځکه چې ښايي نارينه د دې خبرې ارزښت درک کړي.
١١. ځکه چې که پرته له دې نه به نارينه ځان ملامت وګڼي.
١٢. ځکه چې په ډېرو اړيکو کې يې مثبته پايله ورکړې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له نارینه سره جنسي خیانت ونه شي؟

۱. ځکه چې نارینه په هېڅ صورت خیانت نشي منلی.

۲. ځکه چې غواړي د مېرمنې یوازینی نارینه واوسي.

۳. ځکه چې نارینه خپله ځان له پوښتنې لاندې راولي.

٤. ځکه چې خیانت د نارینه ارزښت ته زیان رسوي.

۵. ځکه چې نارینه ځان د خپلې مېرمنې څښتن ګڼي.

٦. ځکه چې په دې کار سره نارینه خپله مېرمن ملامته ګڼي.

۷. ځکه چې نارینه فکر کوي، چې ورټیا یې کمه ده.

۸. ځکه چې نارینه خپل ځان له نورو کسانو ښه ګڼي.

۹. ځکه چې نارینه په اسانۍ بل نارینه نشي زغملی.

۱۰. ځکه چې زموږ د ټولنې اخلاق په همدې ډول دي.

۱۱. ځکه چې نارینه دا چاره د ګډو اړیکو زوال ګڼي.

۱۲. ځکه چې مېرمنې یې ښبلی شي، خو نارینه یې نه.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپلې جنسي اړیکې ورغوو؟

۱. ځکه چې د ګډ ژوند په اړیکو کې یو ارزښتناک اصل دی.
۲. ځکه چې د جنسي اړیکو رغول د بریالیو ودونو راز دی.
۳. ځکه چې د ګډ جنسي ژوند یوه ارزښتناکه اړتیا ګڼل کېږي.
٤. ځکه چې په ګډ کورني ژوند کې موږ ټول ورته اړتیا لرو.
۵. ځکه چې په دې کار سره به مو په ژوند کې مینه ډېره شي.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند د ملګري زړه لاسته پرې راوړی شوو.
۷. ځکه چې د دواړو لورو په اروایي روغتیا ښه اغېزه کوي.
۸. ځکه چې په دې اړوند مالومات نه لرو او باید چې ویې لرو.
۹. ځکه چې بریالی جوړې باید همداسې ځانګړنې سره ولري.
۱۰. ځکه چې بریالی جنسي اړیکې د ژوند نور اړخونو رغوي.
۱۱. ځکه چې په ګډ ژوند کې د خوښۍ له لویو لاملونو څخه ده.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند پیلولو یو لوی لامل همدا ګڼل کېږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځیني نارینه په جنسي ژوند کې بریالي وي؟

۱. ځکه چې نارینه د یو بل تر مینځ توپیرونه ژر درک کوي.
۲. ځکه چې نارینه کله کله د یو بل توپیر ته ارزښت ورکوي.
۳. ځکه چې کورنۍ خپلو اولادونو ښه ته مالومات نه ورکوي.
٤. ځکه چې کله کله مېرمنې په جنسي اړیکو کې خوند اچوي.
۵. ځکه چې نارینه په جنسي اړیکو کې توپیر په نظر کې لري.
٦. ځکه چې نارینه له خپلو ښځو سره همغږي کېدل منلی شي.
۷. ځکه چې نارینه د خپلو مېرمنو اړتیاوې ښې پوره کولی شي.
۸. ځکه چې جنسي اړیکې یانې دا چې خاوند مینه درسره لري.
۹. ځکه چې مېرمنې یې د جنسي اړیکو په اړه ښه مطالعه کوي.
۱۰. ځکه چې ښایي په اړیکو کې مېرمنې ته ارزښت ورکوي.
۱۱. ځکه چې دواړه لوري د یو بل اړتیاوې په سمه توګه پوره کوي.
۱۲. ځکه چې ښایي له واده وړاندې په پوره مطالعه ژوند پیلوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني نارينه د جنسي اړيکو جرآت نه لري؟

۱. ځکه چې تل د خپلو مېرمنو له لوري شړل شوي دي.
۲. ځکه چې په کورنۍ کې يې واک او ارزښت نه لري.
۳. ځکه چې ښايي بيولوژيکي او فزيکي ستونزې ولري.
٤. ځکه چې مېرمنو يې پوره مرسته نه ده ورسره کړې.
۵. ځکه چې ښايي مېرمن به يې ډېر فشار پرې راوړي.
٦. ځکه چې کېدای شي د ښځو مينځ کې رالوی شوي وي.
۷. ځکه چې سختې ورپېژندلي او ترې وېرول شوي دي.
۸. ځکه چې ښايي له واده وړاندې به په دې اړه نه پوهېده.
۹. ځکه چې کېدای شي د مېرمنې تر اغېز لاندې راغلي وي.
۱۰. ځکه چې له واده وړاندې يې طبي ازموينې نه دي کړي.
۱۱. ځکه چې وېرېږي او د جنسي اړيکو په اړوند خبر نه دي.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له ځانګړو مشورو نه ګټه نه اخلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني غواړي د ګډ ژوند ملګرى نورې جنسي اړيکې ولري؟

۱. ځکه چې ښايي کومه جنسي يا اروايي ګډوډي ولري.
۲. ځکه چې ښايي د ګډ ژوند له ملګري سره کينه ولري.
۳. ځکه چې ښايي د ساديزم اروايي جنسي ګډوډي ولري.
٤. ځکه چې ښايي ډېرو خلکو سره يې اړيکې ساتلي وي.
۵. ځکه چې په ځينو ټولنو کې عادي مورد ګڼل کېږي.
٦. ځکه چې ځيني په همدې کار سره جنسي ارضاينه لري.
۷. ځکه چې کله کله جنسي مسايل له حد ډېر پټ شوي دي.
۸. ځکه چې ښايي دا ډول ويډيو او داستانونه يې لوستي وي.
۹. ځکه چې ډېرى خپل جنسي حريم نه شي مشخص کولی.
۱۰. ځکه چې ښايي د ملګري په اړه مسووليت نه احساسوي.
۱۱. ځکه چې ښايي همدا يې د مقابل لوري يوه غوښتنه وي.
۱۲. ځکه چې د مشاورې په ځنګ کې طبي تداوي نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړیکو په اړوند یوازې نارینه پرېکړه وله کړي؟

۱. ځکه چې جنسي اړیکې ګډې او دوې اړخیزه اړیکې دي.
۲. ځکه چې دواړه لوري پوره پکې ښکېل ګڼل کېږي.
۳. ځکه چې د جنسي اړیکو په اړه رایه د دواړو حق دی.
٤. ځکه چې دواړه لوري جنسي اړیکې غواړي او خوښوي.
۵. ځکه چې مېرمنې په جنسي اړیکو کې حساسې وي.
٦. ځکه چې یو اړخیزه پرېکړه د یو فکر پایله او نښه ده.
۷. ځکه چې یو اړخیزه پرېکړه کې ښه ځان کم احساسوي.
۸. ځکه چې مېرمنې هم په جنسي اړیکو کې فعالیت غواړي.
۹. ځکه چې یو اړخیزه پرېکړه جنسي ستونزې راټوکوي.
۱۰. ځکه چې دوه اړخیزه جنسي اړیکې د اړیکو خوند ډېروي.
۱۱. ځکه چې دوه اړخیزې پرېکړې مینه او محبت ډېروي.
۱۲. ځکه چې دوه اړخیزې پرېکړې پر یو بل باور رغولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جوړې د جنسي اړيکو لپاره چمتوالي ته اړتيا لري؟

۱. ځکه چې دا د دواړو لپاره ځانګړې ارزښت لري.

۲. ځکه چې دواړه غواړي د يو بل په وسيله ارضا شي.

۳. ځکه چې د دواړو لورو د خوښۍ لامل ګرځي.

٤. ځکه چې يو بل ته يې جنسي لېوالتيا ډېرېږي.

۵. ځکه چې د دواړو د هوسايني لامل ګرځېدای شي.

٦. ځکه چې له جنسي بېلاريو څخه مخنيوی کوي.

۷. ځکه چې دواړه لوري به د تل لپاره يو بل غواړي.

۸. ځکه چې د دواړو تر مينځ مينه او محبت ډېروي.

۹. ځکه چې په نا محرمو پسې کتلو نه مخنيوی کوي.

۱۰. ځکه چې په ګډ ژوند کې د دواړو لورو حق دی.

۱۱. ځکه چې هره جنسي اړيکه چمتووالي ته اړتيا لري.

۱۲. ځکه چې چمتووالی ژور جنسي خوند ډېرولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړیکو کې نارینه ډېر زړور دي؟

۱. ځکه چې نارینه په جنسي اړیکو کې د پیاوړتیا احساس کوي.

۲. ځکه چې نارینه فکر کوي پیلوونکی باید په خپله دی واوسي.

۳. ځکه چې ډېری مېرمنې بې زړه دي او ددې کار زړه نه کوي.

٤. ځکه چې په مېرمنو کې جنسي لېوالتیا له نارینه و سخته وي.

۵. ځکه چې نارینه ژر پاریږي او مېرمنې وروسته چمتو کېږي.

٦. ځکه چې مېرمنې په سختۍ لېواله کېږي، نو نارینه یې پیلوي.

۷. ځکه چې نارینه نیغ په نیغه د اړیکو کنټرول په لاس کې اخلي.

۸. ځکه چې نارینه به جنسي اړیکو کې د مېرمنې خوښې غواړي.

۹. ځکه چې نارینه غواړي پخپله یې مېرمن خلاصه او ارضا کړي.

۱۰. ځکه چې نارینه ذاتاً زړور دي او همدا لامل یې زړور کوي.

۱۱. ځکه چې ډېرځله مېرمنې په خپله خاوند ته د پیلولو حق ورکوي.

۱۲. ځکه چې نارینه غواړي په هر څه کې رهبر او پیلوونکی واوسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د مېرمنو نازول د جنسي اړیکو خوند زیاتوي؟

١. ځکه چې نازول، مېرمنې د جنسي اړيکو لپاره چمتو کوي.

٢. ځکه چې مېرمنې له جنسي اړيکو وړاندې ورته اړتيا لري.

٣. ځکه چې مېرمنې وروسته پاريږي او بايد ناز ورکړل شي.

٤. ځکه چې مېرمنې په سختۍ ارضا کېږي او نازول غواړي.

٥. ځکه چې ښځې په دې کار سره د هوساينې احساس وکړي.

٦. ځکه چې مېرمنو ته ښه احساس او ډېر خوند ورکولی شي.

٧. ځکه چې ښځې له جنسي اړيکو څخه د مينې هيله مندي لري.

٨. ځکه چې ښځې له ناز او چمتووالي پرته اړيکې نه خوښوي.

٩. ځکه چې د دواړو لورو تر مينځ د جنسي اړيکو پيل دی.

١٠. ځکه چې دا کار د ښځو د قربانۍ احساس کم او له مينځ وړي.

١١. ځکه چې په مېرمنو کې په ځان باور او ځان درناوی ډېروي.

١٢. ځکه چې ښځې نازول د جنسي اړيکو په ډول او کچه خوښوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ګډ ژوند ملګري د نورو جنسي اړيکو فکر کوي؟

۱. ځکه چې ځيني نارينه او مېرمنې شخصيتي ثبات نه لري.
۲. ځکه چې يو د بل جنسي اړتياوې سمې نه شي پوره کولی.
۳. ځکه چې د ژوند د ملګري له جنسي اړيکو خوښ نه دي.
٤. ځکه چې د ژوند ملګری يې ورسره مرسته نه کوي.
۵. ځکه چې دا احساسوي چې پوره ارزښت نه ورته کېږي.
٦. ځکه چې فکر کوي نور يې د ژوند له ملګري ښکلې دي.
۷. ځکه چې ډېری جوړې خپل ظاهر او پاکۍ ته پام نه کوي.
۸. ځکه چې ډېری جوړې له يو اړخيزه اړيکو ستړې شوي.
۹. ځکه چې ځيني کسان د ژوند ملګري ته ځواب نه شي ويلی.
۱۰. ځکه چې احساس کوی د اړيکو اړين جنسي جذابيت نه لري.
۱۱. ځکه چې ځيني نارينه فکر کوي لومړيتوب نه ورکول کېږي.
۱۲. ځکه چې ښايي ځيني جوړې خپل احساسات نه شريکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېر جنسي مهارتونه زده کړو؟

۱. ځکه چې جنسي اړيکې يوه لويه انساني اړتيا ګڼل کېږي.
۲. ځکه چې د ډېرى ستونزو لامل همدا جنسي اړيکې دي.
۳. ځکه چې ډېر جنسي مهارتونه مو جنسي اړيکې رغوي.
٤. ځکه چې په جنسي اړيکو کې د برياليتوب لامل ګرځي.
۵. ځکه چې د دواړو لورو د خوښۍ او هوساينې لامل ګرځي.
٦. ځکه چې د جنسي اړيکو د بيارغونې لامل ګرځېداى شي.
۷. ځکه چې د طلاقونو او جداييو د مخنيوي يو لوى لامل دى.
۸. ځکه چې د کورنيو او ټولنيزو تاوتريخوالو کچه کموي.
۹. ځکه چې د ژوند ملګرو ته جنسي اړيکې ارزښت پيدا کوي.
۱۰. ځکه چې په ښه مهارت سره اړيکې د ارګازم لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې هر انسان په اړيکو کې مهارت او بدلون غواړي.
۱۲. ځکه چې جنسي اړيکې مو اغېزمنې، ګټورې او آسانوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشومانو په وړاندې جنسي اړیکې وله ساتو؟

۱. ځکه چې دې کار ته ماشومان د تېري په سترګه ګوري.
۲. ځکه چې ښايي په ټولنه کې د مور او پلار پېښې وکړي.
۳. ځکه چې په ماشومانو کې د بې وخته بلوغ لامل کيږي.
۴. ځکه چې ښايي ماشومان د اړیکو په اړوند پلټنه وکړي.
۵. ځکه چې ښايي دې کړنو او چارو ته لېواله او وهڅیږي.
۶. ځکه چې ښايي د تاوتريخوالي يوه صحنه يې تعبير کړي.
۷. ځکه چې د ماشومانو د وېرې او اضطراب لامل ګرځي.
۸. ځکه چې ښايي خوب ګډوډ کړي او يا بد خوبونه ووینې.
۹. ځکه چې د ماشوم په ځان باور ته لوی زيان رسوی شي.
۱۰. ځکه چې د ماشوم د وسواس، وېرې او پنيک لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې ښايي ماشوم په دې اړوند ډېرې پوښتنې وکړي.
۱۲. ځکه چې ښايي ماشوم له کوره بهر نورو ته کيسه وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د واده په لومړیو کې جنسي ستونزې مینځ ته راځي؟

۱. ځکه چې د جنسي اړیکو په اړوند پوهه او مالومات لږ وي.
۲. ځکه چې د واده په لومړیو شپو کې جنسي اړیکې ډېر وي.
۳. ځکه چې په دې هکله ګټور او علمي کتابونه نه مطالعه کوو.
٤. ځکه چې ځیني کسان وېریږي او ځیني بیا نااشنا او نابلده وي.
۵. ځکه چې ډېری غیر علمي او غیر مسلکي خبرو ته غوږ نیسي.
٦. ځکه چې ډېری له اوله ښې او روغې عاطفي اړیکې نه لري.
۷. ځکه چې د واده په لومړیو کې د یوبل پېژندنه او درک کم وي.
۸. ځکه چې په پیل کې د جنسي اړیکو په اړه ښه احساس نه لري.
۹. ځکه چې په پیل کې فکر کوی جنسي فعالیت بې حیایي وي.
۱۰. ځکه چې ډېری نه پوهیږي، جنسي اړیکې دوه اړخیز عمل دی.
۱۱. ځکه چې موږ د جنسي اړیکو په هکله ډېر ناسم پوهول کیږو.
۱۲. ځکه چې ښایي لومړی جنسي اړیکه به مو سمه او روغه نه وه.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي لېوالتیا او پارېدلې مخنیوی کوو؟

۱. ځکه چې له ویلو څخه یې ډېره وېره او اضطراب لرو.
۲. ځکه چې د مخنیوی له اروايي زیانونه يې نه یو خبر.
۳. ځکه چې د خلکو له بد قضاوت څخه په وېره کې یو.
٤. ځکه چې ښايي د جنسي اړیکو په هکله لږ مالومات لرو.
۵. ځکه چې په ځان او د ګډ ژوند په ملګري باور نه لرو.
٦. ځکه چې د ژوند ملګری مو ډاروي او مخنیوی یې کوي.
۷. ځکه چې فکر کوو کوم کار چې سرته یې رسوو، سم دی.
۸. ځکه چې د ښې لېوالتیا او پارېدنې په طریقه نه پوهېږو.
۹. ځکه چې د جنسي لېوالتیا او پارېدنې په اړه خبرې نه کوو.
۱۰. ځکه چې له مسلکی ارواپوه څخه مو مشوره نه ده اخیستې.
۱۱. ځکه چې فکر کوو جنسي لېوالتیا او پارېدنه بده او ګناه ده.
۱۲. ځکه چې فکر کوو که وپارېږو کومه ستونزه پیدا نه کړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جوړې له جنسي اړيکو زړه توري کېږي؟

۱. ځکه چې د جنسي لېوالتيا ويل شرم او ننګ فکر کوي.
۲. ځکه چې تل يې په خپل ځان کې جنسي لېوالتيا وژلې.
۳. ځکه چې تل يې خپلې جنسي اړيکې او ليوالتياوې ځنډولي.
٤. ځکه چې خپلو جنسي اړيکو ته لومړيتوب نه ورکوي.
۵. ځکه چې تل په جنسي اړيکو کې ارګازم ته نه رسيږي.
٦. ځکه چې کېداى شي تل يې ارضا کېدل تمثيل کړي وي.
۷. ځکه چې کله کله له خپلو جنسي اړيکو نه ډېر نهيلي کېږي.
۸. ځکه چې د خپلو جنسي اړيکو په اړوند ناسم باورونه لري.
۹. ځکه چې نه پوهيږي ملګري بايد يو بل پوره ارضا کړي.
۱۰. ځکه چې د جنسي اړيکو په اړه د ډېرى کسانو ليد منفي دى.
۱۱. ځکه چې ښايي له دې وړاندې يې بريالى اړيکې نه وي لرلې.
۱۲. ځکه چې ښايي خيانت شوى وي او يو بل ارضا نشي کړاى.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له جنسي تکنیکولو څخه ځان خبر کړو؟

۱. څکه چې د زده کولو په وسیله یې دواړه ارضا کېږي.
۲. څکه چې په جنسي اړیکو کې بې مثبته تجربه پیدا کېږي.
۳. څکه چې په یوه ښه جنسي اړیکې به له مینځه لاړې شي.
٤. څکه چې په توليز ډول په جنسي اړیکو مثبت اغېز کوي.
۵. څکه چې په تکنیک سره ښه بدلونونه رامینځ ته کېدای شي.
٦. څکه چې جنسي ژوند مهم دی او باید په مهارت سره وشي.
۷. څکه چې ښه تکنیکونه مو په اړیکو کې اسانی راوستی شي.
۸. څکه چې جنسي اړیکې مو د پخوا په پرتله خوندورې کوي.
۹. څکه چې دواړه غاړو ته د یو بل لپاره ښه ملګري کیدی شي.
۱۰. څکه چې په عاطفي اړیکو کې مو د بدلونونو لامل کرځي.
۱۱. څکه چې اروا پوهنه تل د نویو تکنیکونو کارولو وړاندیزوي.
۱۲. څکه چې په دې سره له ستړي جنسي ژوند نه خلاصیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارینه د جنسي اړیکو پر مهال مېرمن ښکل کړي؟

۱. ځکه چې د مېرمنې ذهني فشار راکموي.
۲. ځکه چې د مېرمنې په ځان باور لوړوي.
۳. ځکه چې په مېرمن کې ښه حس پیدا کوي.
٤. ځکه چې د ادرنالین ترشح لا نوره رغوي.
۵. ځکه چې په دې سره دواړه بیا ځوانیږي.
٦. ځکه چې وزن کموي او اندام بیا رغوي.
۷. ځکه چې ښځو ته ریښتینې هوساینه ورکوي
۸. ځکه چې مېرمن ځان ارزښتمن احساسوي.
۹. ځکه چې د جنسي پارېدنې لوی لامل گرځي.
۱۰. ځکه چې اړیکه د مېرمنې په خوښه مخته ځي.
۱۱. ځکه چې د دفاعي سیستم ظرفیت لوړولی شي.
۱۲. ځکه چې د گډ ژوند عمر ښه او ډېرولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې په تياره کې جنسي اړيکې خوښوي؟

۱. ځکه چې په تياره کې ځان ښه احساسوي شي.
۲. ځکه چې په ځان باور يې ډېر اوچت نه دی.
۳. ځکه چې فکر کوي د بدن غړي يې ښه نه دي.
٤. ځکه چې په تياره کې ځان آرامه او هوسا ويني.
۵. ځکه چې تياره يې منفي هيجانونه راکموی شي.
٦. ځکه چې نظر يې مينه ناک غوندې ښکاري.
۷. ځکه چې د جنسي هورمون او پارونې لامل گرځي.
۸. ځکه چې په رڼا کې د خجالتۍ احساس کوي.
۹. ځکه چې ځان حياناکه او باادبه ورته ښکاري.
۱۰. ځکه چې په رڼا کې د اړيکې تجربه نه لري.
۱۱. ځکه چې په تياره کې ښه او ژوره پارېدی شي.
۱۲. ځکه چې د بدن فزيولوژي يې همداسې جوړه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مېرمنې د واژنیزم پر ګډوډۍ اخته کېږي؟

۱. ځکه چې تل له جنسي اړیکو څخه وېرول شوي دي.

۲. ځکه چې له لومړي ځل جنسي اړیکو نه وېره لري.

۳. ځکه چې په جنسي اړیکو کې تند او بد چلند شوی دی.

٤. ځکه چې ډېر ځله په لومړۍ اړیکه کې چمتو شوي نه دي.

۵. ځکه چې په لومړۍ جنسي اړیکه ځان نازك احساسوي.

٦. ځکه چې نه پوهېږي او کېدی شي کورنۍ ویرولې وي.

۷. ځکه چې کله کله نارینه جنسي اړیکې په ځان پورې تړي.

۸. ځکه چې له واده وړاندې یې سلامتي نه ده رغول شوې.

۹. ځکه چې جنسي اړیکه یوه ګډه اړیکه ده، په دې نه پوهېږي.

۱۰. ځکه چې ښایي په دېکتاتوره کورنۍ کې لویه شوې وي.

۱۱. ځکه چې د جنسي ارضا کېدو په خوند نه ده پوهول شوې.

۱۲. ځکه چې ښایي له جنسي اړخه کوم وخت ځورول شوې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي خوند دوه اړخیزه کړو؟

١. څکه چې جنسي اړیکې باید همغږې او دوه اړخیزې وي.
٢. څکه چې دواړه لوري اړ دي تر څو له یو بله خوند واخلي.
٣. څکه چې دواړه لوري باید د یوبل د ارضا په هڅه کې وي.
٤. څکه چې د ګډ ژوند ملګري دي او د دواړو لورو حق دی.
٥. څکه چې دواړو اړخونو ته پام د دواړو مینه ډېرولی شي.
٦. څکه چې دا هر څه د جوړو تر مینځ باور نور هم ډېروي.
٧. څکه چې دې ته پام کول دواړه مسوولیت منونکي روزي.
٨. څکه چې دوه اړخیزه خوند د دواړو د خوښۍ لامل ګرځي.
٩. څکه چې په ټوله کې د له جنسي خیانت نه مخنیوی کوي.
١٠. څکه چې په دې سره به په ګډ کورني ژوند کې بریالي شي.
١١. څکه چې له نورو سره هم د ښو ټولنیزو اړیکو لامل ګرځي.
١٢. څکه چې د یو بل پر وړاندې ځواب ویونکي او مثبت کیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د شا له خوا جنسي اړيکې ونه ساتو؟

۱. ځکه چې دا اړيکه ښځو ته جنسي خوند نشي ورکولی.
۲. ځکه چې ډېرى ښځې له داسې اړيکو ډېره وېره لري.
۳. ځکه چې دا اړيکه د ښځو اطراحيه سيستم بېواکه کوي.
٤. ځکه چې د نارينه تناسلي آلې ته ميکروب دننه کېږي.
۵. ځکه چې دا په نارينه وو کې د ژر انزالېدنې لامل گرځي.
٦. ځکه چې د شا له خوا جنسي اړيکې د اېډز احتمال ډېروي.
۷. ځکه چې ښځې په دې اړيکه کې ډېر زيات دردونه زغمي.
۸. ځکه چې د انسان مقعد خروجي جوړ شوى دى نه دخولي.
۹. ځکه چې د شا له خوا اړيکې د مقعد د سرطان لامل گرځي.
۱۰. ځکه چې دواړو ته ځيني ناپيژندل شوې ناروغۍ پيدا کوي.
۱۱. ځکه چې د دې لامل گرځي، چې مني بېرته مايو ته ورشي.
۱۲. ځکه چې د لويو جنسي ستونزو او وېرو لامل کېدی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کسان روغې جنسي اړيکې نه لري؟

۱. ځکه چې د خپل بدن د غړو په اړوند ښه احساس نه لري.
۲. ځکه چې ملګري ته نه وايي چې له اړيکو څه غواړي.
۳. ځکه چې خپلو جنسي اړيکو ته نظم او سمون نه ورکوي.
٤. ځکه چې د جنسي اړيکو په اړوند خپل احساس نه وايي.
۵. ځکه چې خپلو جنسي اړيکو ته اړين بدلونونه نه ورکوي.
٦. ځکه چې د ژوند د ملګري له اړيکو څخه خوشاله نه دي.
۷. ځکه چې د جنسي جذبولو لارو ته په سم ډول پام نه کوي.
۸. ځکه چې فکر کوي تل بايد جنسي اړيکې عالي بڼه ولري.
۹. ځکه چې د ډېرى جوړو تر مينځ فزيکي نيردبوالي کم دى.
۱۰. ځکه چې عطرونه نه وهي او د ځان پاکوالي ته پام نه کوي.
۱۱. ځکه چې د جنسي اړيکو په پوزېشن کې بدلون نه راوړي.
۱۲. ځکه چې د زړه سوي او مجبوريت له مخې اړيکې ټينګوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني جنسي اړيکې د خواشينۍ لامل ګرځي؟

۱. ځکه چې د ډېرو ډېرې جنسي اړيکې يو اړخيزه وي.

۲. ځکه چې د خوب په کوټه کې وايه مه وايه ډېر وايو.

۳. ځکه چې شرمېږو او د خپلو خيالونو په اړه نه وايو.

٤. ځکه چې جنسي اړيکې مو ريښتيني او واقعي نه دي.

۵. ځکه چې له لېوالتيا پرته په جنسي اړيکو پيل کوو.

٦. ځکه چې زموږ موخه يوازې خپله اړتيا پوره کول دي.

۷. ځکه چې خپل کاري ذهني فشارونه مو کور ته راوړو.

۸. ځکه چې تل د يو بل له ظاهري څېرو څخه سر ټکوو.

۹. ځکه چې د خپلې کورنۍ د غړو په خوله او رايه يو.

۱۰. ځکه چې کله ناکله د نعوذ له ستونزې سره مخ کېږو.

۱۱. ځکه چې د جنسي اړيکو پر مهال نور کارونه هم کوو.

۱۲. ځکه چې کله کله په جنسي اړيکو کې ستونزې پيدا کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په جنسي اړیکو کې ارضا کېدل جدي ولیسو؟

۱. ځکه چې زموږ په خلق او خوی باندې اغېزه کوي.
۲. ځکه چې سر درد او سټریا ډېر ژر راکمولی شي.
۳. ځکه چې مرسته کوي د خوب ستونزې مو حل شي.
٤. ځکه چې د ذهني فشار په راکمولو کې مرسته کوي.
۵. ځکه چې د مېرمنو د غړو تناسب او نظم بیا رغوي.
٦. ځکه چې د پروستات سرطان خطر ډېر کمولی شي.
۷. ځکه چې د زړه د حملې کچه په دواړو کې راکموي.
۸. ځکه چې له امله یې په بدن کې هورمونونه رغېږي.
۹. ځکه چې د انسان پوستکي ته ښکلا او ځلا ورکوي.
۱۰. ځکه چې د ښځو د امیندوارۍ وړتیا هم ډېرولی شي
۱۱. ځکه چې ارضا د روغتیا حس څو برابره ډېروی شي.
۱۲. ځکه چې د هډوکو او عصبي ستونزو مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني متاهله جوړې په خپل لاس ځان خلاصوي؟

۱. ځکه چې ځيني کسان له ځوانۍ څخه پرې روږدي شوي.

۲. ځکه چې هر څه پوره غواړي او له نورو ډېره تمه کوي.

۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره ښې عاطفي اړيکې نه لري.

٤. ځکه چې ښايي د ژر يا وروسته خلاصېدلو ستونزه ولري.

۵. ځکه چې کېدای شي مقابل لوری به يې سم نه شي پارولی.

٦. ځکه چې ښايي د ژوند ملګری يې ناپوه، ټنبل او خفه وي.

۷. ځکه چې د ژوند ملګري يې فشار پرې راوړی او ځوروي يې.

۸. ځکه چې دا هم کېدا شي، ځيني نارينه جنسي ګډوډۍ ولري.

۹. ځکه چې ښايي مقابل لوری يې جذابه او ښکلې څېره ونه لري.

۱۰. ځکه چې کېدای شي د ژوند ملګری يې سپکوي او يا هم رټي.

۱۱. ځکه چې ښايي جنسي اړيکې يې بريالۍ نه وي او وېره ولري.

۱۲. ځکه چې جنسي اړيکې يې بريالۍ نه او له نه نعوظه وېرېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د لوڅو فلمونو له لیدو نه ځان وژغورو؟

۱. ځکه چې د دواړو لورو په جنسي اړیکو اغېز کوي.

۲. ځکه چې په موږ کې د انساني کرامت حس سستوي.

۳. ځکه چې ټولنیزه هوساینه مو ژر له مینځه وړلی شي.

٤. ځکه چې په جنسي چلند باندې مو منفي اغېز کوي.

۵. ځکه چې د نارینه او مېرمنو شخصیت سقوط کوي.

٦. ځکه چې د تاوتریخوالي او غوصې لامل ګرځي.

۷. ځکه چې خپله اړیکه د فلم له لوبغاړو سره پرتله کوو.

۸. ځکه چې بیا په سختۍ له خپلو اړیکو خوند واخلو.

۹. ځکه چې د ګډ ژوند په اړیکو مو منفي اغېز کوي.

۱۰. ځکه چې د ژوند د ملګرو غوښتنې مو لوړولی شي.

۱۱. ځکه چې په پرلپسې یې وینو او پرې روږدي کېږو.

۱۲. ځکه چې د نرانو تخیل او د ښځو ارګازم زیانمنوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې جنسي ملګرې جنسي اړيکو ته لشو چمتو کولې؟

۱. ځکه چې د ژوند ملګري ته مو ناز نه ورکوو.

۲. ځکه چې ډېر ځله د ژوند ملګرې نه ښکلوو.

۳. ځکه چې د ژوند ملګري سره لوبې نه کوو.

٤. ځکه چې د ځان نظافت او پاکوالي نه ساتو.

٥. ځکه چې د يو بل سترګو ته په مينه نه ګورو.

٦. ځکه چې له ملګري سره جنسي لوبې نه کوو.

۷. ځکه چې موږ هم پاروونکې جامې نه اغوندو.

۸. ځکه چې په جنسي اړيکو کې عطر نه کاروو.

۹. ځکه چې له جنسي اړيکو وړاندې ژر لوڅېږو.

۱۰. ځکه چې تل يو لورې جنسي اړيکو ته چمتو وي.

۱۱. ځکه چې نه پوهېږو په څه ډول يې چمتو کړو.

۱۲. ځکه چې له وړاندې مو ښه جنسي اړيکې نه لرل.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د جنسي اړيکو لپاره وزن او د غړو اندول ته پام وکړو؟

۱. ځکه چې له سترسونو او اضطراب سره اړيکه لري.
۲. ځکه چې له ډېر وزن څخه يو لوری ستړی کېږي.
۳. ځکه چې ډېر وزن ژر ستړي کېدل هم رامينځ ته کوي.
٤. ځکه چې ډېر وزن د هورمونونو ترشح هم ګډوډوي.
۵. ځکه چې جنسي پوزيشن به مو ډېر ستونزمن کړی شي.
٦. ځکه چې به دواړو لورو کې جنسي خوند راکمولی شي.
۷. ځکه چې نارينه د نعوذ پر ګډوډۍ هم اخته کولی شي.
۸. ځکه چې ډېر وزن مو ښکلا تر پوښتنې لاندې راولي.
۹. ځکه چې ډېر وزن يو ډول عيب او ضعف ګڼل کېږي
۱۰. ځکه چې به ډېر وزن سره په ځان باور له لاسه ورکوو.
۱۱. ځکه چې ډېر وزن مو د ګډ ژوند اړيکو ته زيان رسوي.
۱۲. ځکه چې ډېر وزن د ځانګړو ناروغيو لامل کېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

څلورمه برخه

۱۰۰ ولي او څه کورنی ژوند

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ تاوتريخوالی کوي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ ځيني غړي پر يو بل باور نه لري.
۲. ځکه چې يو بل ته احترام، درناوی او متقابل درک نلري.
۳. ځکه چې راز نه ساتي او يو د بل سره د زړه خواله نه لري.
٤. ځکه چې په دې اړوند ځانګړي شوي قوانين نه پلي کوي.
۵. ځکه چې د ټولنې غړي د غوصې په مديريت نه پوهېږي.
٦. ځکه چې ځيني مېرمنې خپلې اړيکې سمې نه شي مهار کولی.
۷. ځکه چې د اورېدلو او غوږ نيولو مهارت سم نه کاروي.
۸. ځکه چې د ستونزو حل مهارت په اړه پوره مالومات نه لري.
۹. ځکه چې تاوتريخوالی په يوه دود او تګلاره بدل شوی دی.
۱۰. ځکه چې پر رسنيو له تاوتريخوالي ډک پروګرامونه خپرېږي.
۱۱. ځکه چې مېرمنې په لږه کچه کورنۍ ته لومړيتوب ورکوي.
۱۲. ځکه چې د تاوتريخوالي له بدو پايلو څخه خبرتيا نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د خپلو نجونو د زده کړې مخنیوی کوي؟

۱. ځکه چې زموږ په ټولنه کې کورنۍ په سالم ډول نه جوړیږي.
۲. ځکه چې زموږ د ټولنې ډېرې کورنۍ نالوستې او بېسواده دي.
۳. ځکه چې هغوی نه پوهیږي، په دې سره خپله کورنۍ فاسدوي.
٤. ځکه چې امنیتي ستونزې او د لارې لرېوالی هم شتون لري.
٥. ځکه چې فکر کوو نجونې د ټولنیزو اړیکو په اړه نه پوهیږي.
٦. ځکه چې زموږ ټولنه توپیري چلند، تعصب او تبعیض کوي.
۷. ځکه چې د هېواد په ښارونو او کلیو کې نجونې ځورول کیږي.
۸. ځکه چې کله ناکله د کورنیو مالي ستونزې هم ددې لامل ګرځي.
۹. ځکه چې ډېر څله کورني اول خپلو زامنو ته لومړیتوب ورکوي.
۱۰. ځکه چې کله ناکله خپلوان او ګاونډیان کورنۍ دې کار اړ باسي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږو نالوستې ښځې ټولنې ته ډېر زیانونه رسوي.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو ښځې هم خپلې وړتیاوې او استعدادونه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ په خپل مینځ کې حسادت ونه کړي؟

۱. ځکه چې د کورنیو تر مینځ کینې او ناندرۍ ډېروي.
۲. ځکه چې د کورنیو تر مینځ د سختو ستونزو لامل گرځي.
۳. ځکه چې کورنۍ ستونزې د پخوا په پرتله ډېرې زیاتوي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ متقابل باور راکموي.
۵. ځکه چې زمو نوښتي وړتیا، مینه او خوشالي راکموي.
٦. ځکه چې حسادت د مینې او د زړه خواله راکمولی شي.
۷. ځکه چې په اند او نظرونو د لږ سوچ کولو لامل کېږي.
۸. ځکه چې حسادت د انرژیو یو لوی ضایعه کوونکی دی.
۹. ځکه چې وروسته کرار کرار په دود او رواج بدلیږي.
۱۰. ځکه چې د کورنیو د ودې او نېکمرغۍ مخنیوی کوي.
۱۱. ځکه چې په موږ کې د ټولنیز باور له منځه وړي.
۱۲. ځکه چې لامل کېږي ډېرې بدې کړنې عادي ونیول شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د يوې روغې کورنۍ لرل اړين دي؟

۱. ځکه چې تجروبو ته په کتو سره يوازينی آرام ځای دی.

۲. ځکه چې داسې کورنۍ اړيکې تل روغې او رېښتينې وي.

۳. ځکه چې کورنۍ د روزنې لومړنی او يوازينی ځای دی.

٤. ځکه چې دا کورنۍ د ستونزو او ناچاريو په وړاندې درېږي.

۵. ځکه چې د ټولنيزو او کلتوري ارزښتونو ښه ساتونکې وي.

٦. ځکه چې زموږ له ځان پېژندنې (هويت) سره مرسته کوي.

۷. ځکه چې روغه او سالمه کورنۍ، د روغې ټولنې زانګو ده.

۸. ځکه چې زموږ جسمي او اروايي اړتياوې را پوره کوي.

۹. ځکه چې زموږ عاطفي، مالي او کلتوري ملاتړ کوونکې وي.

۱۰. ځکه چې ناسالمې کورنۍ د کورنيو ستونزو لوی لامل دی.

۱۱. ځکه چې په ذهن کې د کورنۍ انځور نه لرل ډېر ناشونی دی.

۱۲. ځکه چې ونډه يې مخ په کمېدو ده او بايد ارزښتناکه شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې نارينه له واده وروسته له خپل مور او پلار څخه نه بېليږي؟

۱. ځکه چې زموږ په ټولنه کې تېروتنه او ناوړه چاره بلل کېږي.
۲. ځکه چې زموږ د ټولنې ډېری هلکان فکري خپلواکي نه لري.
۳. ځکه چې ډېری هلکان د بېل ژوند په خوند او مزه نه پوهيږي.
٤. ځکه چې ځيني يې له کورنۍ سره تړلي او يا ډېرې اړيکې لري.
۵. ځکه چې ډېری هلکان کار، دنده او د ژوند لپاره ځای نه لري.
٦. ځکه چې ډېری د ناوړه او منفي پايلو په اړوند پوهاوی نه لري.
۷. ځکه چې په ځان بسيا او خپلواک نه دي، چې دا کار وکړي.
۸. ځکه چې په ځان او خپلو وړتياوو باندې باور او اعتماد نه لري.
۹. ځکه چې نه پوهيږي دوام يې په اړيکو کې تړاو رامينځ ته کوي.
۱۰. ځکه چې په دې نه پوهيږي چې کورنۍ ته د ستونزو لامل گرځي.
۱۱. ځکه چې نه پوهيږي خپلې مېرمنې ته ستونزې مينځ ته راوړي.
۱۲. ځکه چې نه پوهيږي د داسې بېلتون څخه خوربدل لندمهالي، وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل کورني ژوند ته انګېزه ورکړو؟

۱. ځکه چې زموږ په ډېرى برياليتوبونو کې مرسته کوي.

۲. ځکه چې موږ کولى شو کورنى ژوند په سمه وپېژنو.

۳. ځکه چې په کورني ژوند کې له خپلې ونډې خبرېږو.

٤. ځکه چې له ژوند سره مو مينه او لېوالتيا پيدا کيږي.

۵. ځکه چې ښې راتلونکې ته مو هيله مندى راټوکوي.

٦. ځکه چې د ستونزو د حل پر وړاندې مو وړتيا ډېروي.

۷. ځکه چې د ژوند په پرمختګ کې موږ سره مرسته کوي.

۸. ځکه چې په ګډ ژوند کې د خوښى او مينې لامل ګرځي.

۹. ځکه چې زموږ د نوښت او کشف وړتياوې ژوندۍ کوي.

۱۰. ځکه چې په موږ کې د انرژي راټوکېدو ښه لامل ګرځي.

۱۱. ځکه چې د ډېرو ستونزو او شخړو په حل کې مرسته کوي.

۱۲. ځکه چې موږ پوه، پياوړي، کلک او موخيز (هدفمند) کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې له ځینو بدلونونو سره جوړ نه راځو؟

۱. ځکه چې نه پوهېږو څه ډول مو د ناجوړېو مخه ونیسو.

۲. ځکه چې ډېر ځله مو کورنۍ بدلون منونکي نه یو روزلي.

۳. ځکه چې ډېری کورنۍ له یو ډول مساوي ژوند سره عادت دي.

٤. ځکه چې له بند او شرط نه ډکو کورنیو کې را لوی شوي یو.

۵. ځکه چې په کلک او دیکتاتورانه ډول عادت او را لوی شوي یو.

٦. ځکه چې تحلیل نه کوو او ډېری له موږ نه ښه اورېدونکي نه یو.

۷. ځکه چې والدینو مو ډېره پیروي رانه کړې او نازولي شوي یو.

۸. ځکه چې د ښې پرېکړې او ستونزو د حل مهارت نه زده کوو.

۹. ځکه چې همغږي نه یو او د آرماني ژوند په فکر کې یو.

۱۰. ځکه چې پوهېږو بدلون د ژوند بنسټ دی، خو بیا هم تېښته کوو.

۱۱. ځکه چې د خپلې کورنۍ ناوړه حالت سمولو باندې باور نه لرو.

۱۲. ځکه چې د ستونزو حل او بدلون باندې فکر ته وخت نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل خسر سره سم چلند نه کوو؟

۱. ځکه چې د خپل خسر په اړوند بدګمانه او مشکوکه یو.
۲. ځکه چې له واده وړاندې مو ځيني ستونزې سره لرلي.
۳. ځکه چې زموږ په ژوند کې راګډېږي او مداخله کوي.
٤. ځکه چې کله ناکله کورنۍ يو بل سره کينه او بغض لري.
۵. ځکه چې ډېر ځله واړه ا و بې ارزښته مسایل اړين بولو.
٦. ځکه چې په اجبار مو واده کړی وو او ترې راضي نه يو.
۷. ځکه چې له واده وړاندې کورنۍ تناسب په پام کې نه نيسو.
۸. ځکه چې عاطفي ستونزې لرو او يو بل سم نه درک کوو.
۹. ځکه چې کله ناکله انګېرو زموږ د ټولو ستونزو لامل دی.
۱۰. ځکه چې کله ناکله مو خسر زموږ د غوښتنو خلاف کوي.
۱۱. ځکه چې خسرخېلو مو ډېر ولور راخځه اخيستی دی.
۱۲. ځکه چې موږ د يو او بل کور ته ډېر ځو او راځو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنيو ستونزو نه خلاصېږو؟

۱. ځکه چې خپل کورني ژوند ته سم پلان نه لرو.
۲. ځکه چې کورنۍ ستونزې مو سمې نه دي پېژندلي.
۳. ځکه چې د کورنۍ اروايي ستونزو درملنه نه کوو.
٤. ځکه چې په ګډ ژوند کې بدلون او نيوکې نشو منلی.
۵. ځکه چې په ګډ ژوند کې له يو بله ډېرې غوښتنې لرو.
٦. ځکه چې په ګډ ژوند کې مسووليت منونکي نه يو.
۷. ځکه چې ځان غوښتونکي يو او د نورو حق نه منو.
۸. ځکه چې د کورنيو ستونزو حل کولو ته وخت نه لرو.
۹. ځکه چې ګډ ژوند په يوه خوښ او ونډه منونکي نه يو.
۱۰. ځکه چې بدلون نه منو او د حل نوې تګلارې نه کاروو.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ وړې ستونزې له اندازې لويې ګڼو.
۱۲. ځکه چې نورې اړيکې لرو او په ژوند مو اغېز کړی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې دیکتاتوري مینځ ته راځي؟

۱. ځکه چې په کورنۍ کې یو نارینه یا یوه مېرمن لوی کوي.
۲. ځکه چې د نارینه او مېرمنو تر مینځ توپیرونه نه درک کوو.
۳. ځکه چې ډېرځله کورنۍ جنسي توپیري چلند ته لمن وهي.
٤. ځکه چې په ځینو افغان کورنیو کې یې فقر لامل گرځېدلی.
۵. ځکه چې د کورنۍ ډېری غړي نالوستي یا لږ لوستي دي.
٦. ځکه چې د یو بل له حقونو خبر نه یو او مرسته نه کوو.
۷. ځکه چې د کورنۍ غړو په مینځ کې درناوی او مهر نشته.
۸. ځکه چې په دې هڅه کې یو تر څو یو بل مهار او مدیریت کړو.
۹. ځکه چې کېدای شي اروایي گډوډۍ لرو او درملنه یې نه کوو.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ د غړو د مسوولیتونو وېش نه عملي کوو.
۱۱. ځکه چې ټولنه همداسې دیکتاتوره ده او موږ ترې ځان نه ساتو.
۱۲. ځکه چې پر یو بل تور لگوو او په ریښتیني ډول غوږ نه نیسو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خپل ګډ ژوند څخه خوابدي کېږو؟

۱. څکه چې بدلون ته په سمه توګه پام نه کوو.
۲. څکه چې غواړو د مجردانو په شان ژوند وکړو.
۳. څکه چې د ګډ ژوند ملګرى د ځان مزدور ګڼو.
٤. څکه چې پر ځان باور مو ډېر راکښته شوى دى.
۵. څکه چې يو له بل سره مينه نه لرو او خوښ نه يو.
٦. څکه چې تاکل شوې وه بل چا سره واده وکړو.
۷. څکه چې کله ناکله يو د بل اړتياوې نه پوره کوو.
۸. څکه چې ډېر څله خپل ظاهر ته پام نه نيسو.
۹. څکه چې پر خپل کار او چارو کې ډېر بوخت يو.
۱۰. څکه چې د نارينه او ښځو په اړه سم معلومات نه لرو.
۱۱. څکه چې له يو بل چا سره هم موازي اړيکه لرو.
۱۲. څکه چې ژوند کې د نورو ښکېلتيا ته اجازه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنیو اقتصادي ستونزو مخنیوی نشو کولی؟

۱. ځکه چې مالیه او دولتي حسابونه پر خپل وخت نه ورکوو.
۲. ځکه چې خپل عواید او لګښتونه په غور سره نه حسابوو.
۳. ځکه چې خپل وسایل او توکي په سالمه توګه نه کاروو.
٤. ځکه چې خپله شتمني او پیسې نه ساتو او نه زېرمه کوو.
۵. ځکه چې ډېر ځله خپل پوروونه په ټاکلي وخت نه پرې کوو.
٦. ځکه چې له کومې مهمې اړتیا پرته له خلکو پوروونه اخلو.
۷. ځکه چې له خلکو نه خپل پوروونه په ټاکلي وخت نه اخلو.
۸. ځکه چې د ځان ښودنې په موخه له اړتیا پرته لګښت کوو.
۹. ځکه چې د کورنیو توکو ته ژر ژر او بېځایه بدلون ورکوو.
۱۰. ځکه چې خپل کورني اضافي او بې ګټې توکي نه پلورو.
۱۱. ځکه چې په ډېر لګښت لرونکو غونډو کې ګډون کوو.
۱۲. ځکه چې لګښتونه د عوایدو او سپما پر بنسټ نه تنظیموو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنیو ستونزو څخه مخنیوی نشو کولی؟

۱. څکه چې له کوره بهر چارو کې ډېر بوخت يو.
۲. څکه چې پر وخت د خپلو خپلوانو خبر نه اخلو.
۳. څکه چې کلیزې او ملي ورځې پر وخت نه نمانځو.
٤. څکه چې له بې ځایه اړیکو او لیدنو نه لاس نه اخلو.
۵. څکه چې وړې ستونزې په خپل وخت نه حل کوو.
٦. څکه چې نه خپله پوهېږو او نه له نورو مرسته غواړو.
۷. څکه چې د ګډ کورني ژوند په اړوند مطالعه نه کوو.
۸. څکه چې په کورنیو چارو او مسایلو کې ونډه نه اخلو.
۹. څکه چې پر وخت د کورنیو ستونزو مخه نه نیسو.
۱۰. څکه چې د کورنۍ لومړیتوبونه په غور سره نه څېړو.
۱۱. څکه چې د کورنیو ستونزو په اړوند مشوره نه اخلو.
۱۲. څکه چې ډېر ځله له يو بله ډېرې او بېځایه غوښتنې لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورني صميميت او مهربانۍ ته پام نه کوو؟

١. ځکه چې ښايي د کورنۍ غړي مو اضطراب او وېره ولري.
٢. ځکه چې د خپلو کورنيو ستونزو حلولو ته پوره پام نه کوو.
٣. ځکه چې په خير او پام سره خبرې، سوچ او چلند نه کوو.
٤. ځکه چې ښايي له خپلې مېرمنې او اولادونو سره مينه ونه لرو.
٥. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري او اولادونو سره مينه نه کوو.
٦. ځکه چې اقتصادي ستونزو ته مو بې کچې ارزښت ورکوو.
٧. ځکه چې متقابل درناوی نه لرو او يو له بل سره پرتلنه کوو.
٨. ځکه چې کله ناکله خپل ګډ ژوند ته ارزښت نه ورکوو.
٩. ځکه چې ښايي د خپلې کورنۍ بنسټ مو سم نه وي ايښی.
١٠. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره هم فکره نه يو.
١١. ځکه چې ښايي د ژوند له ملګري سره سني توپير ډېر وي.
١٢. ځکه چې کله ناکله د ماشومانو ډېرښت دا ستونزه راولاړوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو له پرمختګونو سره سره کورنۍ نېکمرغه نه ده؟

۱. ځکه چې د کورنۍ ځيني غړي له ټاکلې کچې ډېر بوخت شوي دي.

۲. ځکه چې ځيني نارينه او مېرمنې د ګډ ژوند پر اصولو نه پوهيږي.

۳. ځکه چې کله ناکله زموږ محرم مسايل او رازونه نورو ته رسيږي.

٤. ځکه چې کله کله زموږ اصلي ټولنيزې اړيکې لږ او کم رنګه کېږي.

۵. ځکه چې ګډ کورنۍ ژوند مو ډېر زياد په جنسي اړيکو راڅرخيږي.

٦. ځکه چې مادياتو ته له معنوياتو او علم څخه ډېر زياد ارزښت ورکوو.

۷. ځکه چې له پيله مو د واده معيارونو ته پوره ارزښت نه دی ورکړی.

۸. ځکه چې کورنيو مو اروايي امنيت او مسئونيت له لاسه ورکړی دی.

۹. ځکه چې ځيني خلک له وړاندې فردي ژوند او مجردۍ ته لېواله وي.

۱۰. ځکه چې ښايي د ځينو کورنيو له چوکاټه وتلې ازادي ډېره شوې وي.

۱۱. ځکه چې بېلابېلو ډولونو ته پام نه کوو او يو ډول مساوي ژوند لرو.

۱۲. ځکه چې د ټکنالوژيکي وسايلو څخه په سم ډول ګټه نه پورته کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي پر نشه‌يي توکو روږدي کېږي؟

۱. ځکه چې ډېری د نشه يي توکو له زيانونو څخه خبر نه دي.
۲. ځکه چې ډېری خلک نشه يي توکو ته په اسانۍ لاس رسی پیدا کوي.
۳. ځکه چې کورنۍ مو ګډې وډې، لړزانده او یا هم دیکتاتوره وي.
٤. ځکه چې ځوانان په دې ډول له ځان پېژندنې نه تېښته کوي.
٥. ځکه چې زموږ د کورنیو نظم سالم، روغ او ډېر مثبت نه دی.
٦. ځکه چې زموږ د کورنۍ د غړو پر ځان باور کم او ټيټ دی.
۷. ځکه چې د کورنیو اړیکې کم زورې او یو ډول پرېکوونکې دي.
۸. ځکه چې کېدای شي د کورنۍ په غړو کې ژور خپګان وي.
۹. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ اړیکې اصلي رنګ نه لري.
۱۰. ځکه چې زموږ ډېری ځوانان د ژوند له مهارتونو نه دي خبر.
۱۱. ځکه چې ډېر ځله والدين له اولادونو سره په هوښیارۍ چلند نه کوي.
۱۲. ځکه چې زموږ د ځوانانو ملګرتیاوې او اړیکې سالمې نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغانستان کې روغې کورنۍ کمې دي؟

۱. ځکه چې د ځينو کورنيو مشران جسمي او اروايي ګډوډۍ لري.
۲. ځکه چې د کورنۍ جوړېدو تګلاره له پيله ښه او روغه نه وي.
۳. ځکه چې ډېر ځله د اولاد روزنې لپاره له رټنې نه کار اخلو.
٤. ځکه چې په افغانستان کې ډېرى کورنۍ نالوستې او لويې دي.
۵. ځکه چې زموږ په هېواد کې څوک روغه او سالمه کورنۍ نه پېژني.
٦. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمينځ دندې او مسووليتونه څرګند نه دي.
۷. ځکه چې د مېرمنې او خاوند اروايي اړتياوو ته مو پوره پام نه کوو.
۸. ځکه چې د خاوند او مېرمنې د احساساتو تشولو لپاره ځای نشته.
۹. ځکه چې په ځينو افغان کورنيو کې وچ قوانين جوړ او عملي کېږي.
۱۰. ځکه چې ښايي بدې خبرې، بد چلند او رټنه په کور کې عادي وي.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ ډېرى غړي له يو بل سره يوه خوله نه وي.
۱۲. ځکه چې په کورنيو کې قدرت غوښتنه، ځورونه او ديکتاتوري وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د خپلې کورنۍ رازونه نورو ته وله وايو؟

۱. ځکه چې په یو ډول بې بنسټه او ناروغه ټولنه کې ژوند کوو.
۲. ځکه چې د شک او بې باورۍ د را منځته کېدو لامل ګرځي.
۳. ځکه چې هر څوک رازونه لري او موږ باید پکې ښکېل نشو.
٤. ځکه چې زموږ د ټولنیز کلتور له مخې ښایي د مرګ لامل شي.
۵. ځکه چې زموږ د شخصي او ګډ ژوند حریم ته لوی زیاد رسوي.
٦. ځکه چې د خاوند او مېرمنې تر مینځ درناوی له مینځه وړي.
۷. ځکه چې د خلکو پر وړاندې زموږ ټولنیز محبوبیت ډېر ټیټوي.
۸. ځکه چې د شاوخوا ګاونډیانو او خپلوانو لپاره موضوع جوړېږو.
۹. ځکه چې کېدای شي نور یو بل ته د ژوند حقایق ونه ویلی شو.
۱۰. ځکه چې په دې نه پوهېږو چې ځینې رازونه باید هیڅاته ونه وایو.
۱۱. ځکه چې زموږ د کورنۍ او ګاونډیانو د ښکېلتیا لامل به وګرځي.
۱۲. ځکه چې رازونه یوازې ارواپوه، ډاکتر او وکیل ته ویل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنيو ستونزو کې راښکېل کېږو؟

۱. ځکه چې ډېرې او ماشومانه غوښتنې او کړنې کوو.
۲. ځکه چې اوس هم ماشومانه ځانګړنې په ځان کې لرو.
۳. ځکه چې له خپل خاوند يا مېرمنې سره ډېر توپير لرو.
٤. ځکه چې مېرمنه، خاوند او کورنۍ مو نه درک کوو.
۵. ځکه چې ذهني او کاري امنيت نه لرو او په کار کې بوخت يو.
٦. ځکه چې د جنسي ژوند په اړه پوره مالومات نه لرو.
۷. ځکه چې خپل ګډ کورني ژوند ته منظم پروګرام نه لرو.
۸. ځکه چې له خاوند يا مېرمنې سره سيالي او تبعيض لرو.
۹. ځکه چې د خپل ګډ ژوند ملګرى له نورو سره پرتله کوو.
۱۰. ځکه چې ښايي مېرمنه يا خاوند کومه اروايي ګډوډي ولري.
۱۱. ځکه چې ښايي يو له زوجينو نه شخصيتي ګډوډي ولري.
۱۲. ځکه چې له واده وړاندې مو له ارواپوه سره مشوره نه ده کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپلې کورنۍ ستونزې نشو حل کولی؟

۱. ځکه چې د کورنیو ستونزو اصلي لامل مو نه دی پلټلی.
۲. ځکه چې له روغو او بېلابېلو حل لارو مو ګټه نه ده اخیستې.
۳. ځکه چې د بېلابېلو حل لارو او بدلون په اړه فکر نه کوو.
٤. ځکه چې د ځینو ساده ستونزو په ساده والي باندې باور نه لرو.
٥. ځکه چې په دې باور نه یو چې هره ستونزه څو حل لارې لري.
٦. ځکه چې د خپل خاوند یا مېرمنې احساسات نشو درک کولی.
۷. ځکه چې د ستونزو له منلو څخه وړاندې پړه پر نورو اچوو.
۸. ځکه چې د ستونزو د حل په موخه څېړنه او مطالعه نه کوو.
۹. ځکه چې کورنۍ او ګډ ژوند زموږ لپاره لومړیتوب نه لري.
۱۰. ځکه چې بېلابېلې حل لارې نه ارزوو او نه یې عملي کوو.
۱۱. ځکه چې له ستونزو څخه تېښته کوو او یا هم ځان تېرباسو.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ مشورې یو تکړه ارواپوه ته مراجعه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ یو ښه او هڅاند غړی نه یو؟

۱. ځکه چې مور خپله یا مو کورنۍ پرمختګ غوښتونکې نه ده.

۲. ځکه چې پر لږو امکاناتو او وسایلو باندې بوخت شوي یو.

۳. ځکه چې د ژوند پر جزیاتو باندې غور او تمرکز نه کوو.

٤. ځکه چې ډېر ځله مو د کار کیفیت په یوه ښه او ډول نه ساتو.

۵. ځکه چې ډېر ځله د چا مشورو او خبرو ته غوږ نه نیسو.

٦. ځکه چې ډېر ځله مور د خبرو ګوډي یو نه د عمل زامن.

۷. ځکه چې د خپلې تل پاتې ودې او پرختګ لپاره مطالعه نه کوو.

۸. ځکه چې تل له ځانه یو پوه او باهوښه زده کوونکی نه جوړوو.

۹. ځکه چې پخپله رشته کې تخصص او مهارت پسې نه ګرځو.

۱۰. ځکه چې د حل لارو عملي کول تر وروستیو شېبو نه ځارو.

۱۱. ځکه چې ډېرځله د کاذب بریالیتوب احساس له ځان سره لرو.

۱۲. ځکه چې د کیفیت لوړولو په موخه پلان او پروګرام نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مينه ناک مور او پلار شو؟

۱. ځکه چې پرته له دې مو اولادونه سرغړونکي کېږي.
۲. ځکه چې له مينې او محبت سره زموږ باور پيل کېږي.
۳. ځکه چې اولادونه به مو هم مينه او محبت زده کړي.
٤. ځکه چې اولادونه خوښ او خوشاله مور او پلار غواړي.
٥. ځکه چې د محبت په نشتوالي کې اولادونه ناروغه کېږي.
٦. ځکه چې مينه او محبت په کورنۍ کې يو مهم اصل دی.
۷. ځکه چې ډېرځله مو اولادونه خوښ او خوشاله کوي.
۸. ځکه چې کورنۍ اړيکې به مو مينه ناکې او ښې کړي.
۹. ځکه چې زموږ د اولادونو تر مينځ باور لوړ او رغوي.
۱۰. ځکه چې اولاد به مو ځان بې ارزښته احساس نه کړي.
۱۱. ځکه چې مينه کول د کورنيو ستونزو د حل لامل گرځي.
۱۲. ځکه چې اولاد ته مينه ورکول ښه روزنه بلل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ کورنۍ اړیکې روغې نه دي؟

١. ځکه چې غیبت او په نورو پسې خبرې کوو.

٢. ځکه چې د وینا لپاره اړین مهارتونو نه لرو.

٣. ځکه چې د خبرو بڼه مو نرمه او آرامه نه ده.

٤. ځکه چې مثبت، مهربان او مینه ناکه نه یو.

٥. ځکه چې تور لګولو او په خبرو پسې ګرځو.

٦. ځکه چې د مقابل لوري منفي چلند جدي نیسو.

٧. ځکه چې غرور او تاوتریخوالي ته لاس کوو.

٨. ځکه چې د ښو اړیکو مهارتونه مو نه دي زده.

٩. ځکه چې ریښتیني نه یو او ښښنه هم نه غواړو.

١٠. ځکه چې ښښنه نه کوو او د نورو نېکۍ هېروو.

١١. ځکه چې د خپل بدن ژبه په نظر کې نشو ساتلی.

١٢. ځکه چې د اړیکو د رغولو لپاره هڅه نه کوو.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپلې کورنۍ ستونزې لشو پېژندلی؟

۱. ځکه چې له ستونزو سره مخ کېدل مهارت ته اړتیا لري.
۲. ځکه چې هېڅکله د کورنۍ اړواپوهنې کتابونه نه لولو.
۳. ځکه چې کورنۍ ته د یو ارزښتناک بنسټ په سترګه نه ګورو.
٤. ځکه چې په کورنۍ کې مو همکاري او مسوولیت منل نشته.
۵. ځکه چې ډېرځله مو ګډې کورنۍ اړیکې سمې نه دي ارزولې.
٦. ځکه چې د ګډ ژوند له ملګري سره مو اړیکې ښه نه دي.
۷. ځکه چې د یوبل همکارۍ، مشورو او باورونو ته پام نه کوو.
۸. ځکه چې لا هم خپلې چارې او مسوولیتونه سم نه ترسره کوو.
۹. ځکه چې د ستونزو پېژندلو په موخه هر اړخیزه هڅه نه کوو.
۱۰. ځکه چې ښايي په ژوند کې مو اختلاف یا ناسمه پوهېدنه وي.
۱۱. ځکه چې تل د پېژندلو پر ځای یو بل ته ناسمې خبرې کوو.
۱۲. ځکه چې په کورنۍ کې مو هوډ، ژمنتیا، باور او انصاف نشته.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو اولادونه ځان له نورو سره پرتله کوي؟

۱. ځکه چې تل مو هغوی له نورو سره پرتله کړي دي.
۲. ځکه چې موږ له خپلې خوښې سره سم اولاد غواړو.
۳. ځکه چې په خپله مو خپل اولادونه همداسې روزلي.
۴. ځکه چې زموږ دود او رواجونه په همدې بنه دي.
۵. ځکه چې دا نه منو چې انسانان یو له بل سره توپیر لري.
۶. ځکه چې د اولاد روزنې ښې لارې مو نه دي کارولې.
۷. ځکه چې تل مو قضاوت کړی؛ نه همغږي او ملاتړ.
۸. ځکه چې له خپلو اولادونو سره مو مرسته نه ده کړې.
۹. ځکه چې اولادونه مو د هغوی له ملګرو سره پرتله کړي.
۱۰. ځکه چې اولادونه مو د ټولنې په خوښه روزلي دي.
۱۱. ځکه چې تراوسه مو نه دي ورته ویلی چې دا کار مه کوه.
۱۲. ځکه اولاد ته مو نه دي ویلي چې پرتله ورته زیانمنه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو کورنۍ منظم پروګرامونه نه لري؟

۱. ځکه چې پلان جوړولو ته وخت او ارزښت نه ورکوي.
۲. ځکه چې ډېری يې له ماشومتوبه همداسې عادت شوي.
۳. ځکه نه پوهېږو چې بې نظمي د ناسالم ژوند يوه نښه ده.
٤. ځکه چې موږ خپلو ډېرو چارو ته نظم او پروګرام نه لرو.
۵. ځکه چې نه پوهېږو موږ د خپلو اولادونو لپاره بېلګې يو.
٦. ځکه چې د نظم د ښه والي په اړوند پوره مالومات نه لرو.
۷. ځکه چې له وړکتونه تر پوهنتونه مو نظم نه دی لوستلی.
۸. ځکه چې د نظم او ترتيب په اړوند روزنه نه ده راکړل شوې.
۹. ځکه چې ژوند چې هر څنګه وي تېرېږي، همدا يې راته ويلي.
۱۰. ځکه چې په دې نه پوهېږو چې نظم لرل د بريا لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې ډېرځله راته نظم او ترتيب مهم نه دی پېژندل شوی.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند د کورنۍ په اړواپوهنه خبر نه يو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ خوښې او خوشاله نه دي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ غړي پيسو ته ډېر ارزښت ورکوي.
۲. ځکه چې په افغانستان کې ډېرى کورنۍ، نالوستې دي.
۳. ځکه چې ځيني کورنۍ په ګډه سره خواړه نه خوري.
٤. ځکه چې د کورنۍ ډېرى غړي ډېر زيات بوخت دي.
۵. ځکه چې د خوښۍ په موخه په ګډه مېلې ته نه سره ځي.
٦. ځکه چې د کورنيو اړيکو جوړولو مهارتونه نه لري.
۷. ځکه چې له کچې ډېر په خواله رسنيو کې بوخت دي.
۸. ځکه چې ښايي د کورنۍ غړي اروايي ګډوډۍ ولري.
۹. ځکه چې ښايي د کورنۍ د غړو تر مينځ درناوى نه وي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ غړي له يو بله ډېرې غوښتنې لري.
۱۱. ځکه چې د کورنيو ستونزو د حل په موخه خبرې نه کوو.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ نېکمرغي راته لومړيتوب نه دى.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو کورنی ژوند نه خوښیږي؟

۱. ځکه چې زموږ هېواد کې ودونه په زور او جبر کېږي.
۲. ځکه چې کله ناکله اوږدمهاله وېره او اضطرابونه لرو.
۳. ځکه چې ډېرځله لوړ فکر نه کوو او ځان کم احساسوو.
٤. ځکه چې ډېرځله کینه، بغض، حسادت او بخیلي لرو.
۵. ځکه چې خپل ګډ کورني ژوند ته منظم پروګرام نه لرو.
٦. ځکه چې ډېرځله بې نظمه یو او ذهن مو هم ګډوډ وي.
۷. ځکه چې له وړاندې د ګډ ژوند په اړوند مطالعه نه لرو.
۸. ځکه چې ډېرځله ژورخپګان لرو او ناهیلي شوی هم یو.
۹. ځکه هغه څه چې زموږ د نېکمرغۍ لامل ګرځي نه څېړو.
۱۰. ځکه چې ډېرځله خپل ژوند له نورو خلکو سره پرتله کوو.
۱۱. ځکه چې په پخوانۍ او اوسنۍ کورنۍ کې تاوتریخوالی وي.
۱۲. ځکه چې ډېرځله مو په کورنۍ کې توپیري چلند کړی دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ له کچې ډېرې غوښتنې کوي؟

۱. ځکه چې ځيني ميندې او پلرونه خپل زامن مسوول ګڼي.
۲. ځکه چې ځيني ميندې او پلرونه له ورانډې عادت شوي.
۳. ځکه چې ټول زامن د مور او پلار پر ورانډې مسوول ګڼي.
٤. ځکه چې مورې هم له مور او پلار څخه په خپل وخت غواړو.
٥. ځکه چې ځيني کورنۍ په دې باور دي چې اولاد مزدور دی.
٦. ځکه چې خور يا ورور مو د کورنۍ غوښتنې لوړې کړي.
۷. ځکه چې ډېری ميندې او پلرونه ځانګړې بوختياوې نه لري.
۸. ځکه چې له هغه پيله مو خپلو اړيکو ته حدود نه دي ټاکلي.
۹. ځکه چې غوښتنه زمورږ په ټولنه کې عادي مسئله بلل کېږي.
۱۰. ځکه چې ډېری کورنۍ د دوو نسلونو توپيرونه نشي منلی.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ ارواپوهنې متخصص سره مشوره نه کوو.
۱۲. ځکه چې ډېری له مورږ نه مغروره او نه اوربدونکې کورنۍ يو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشومانو پر وړاندې جنګ ونه کړو؟

۱. ځکه چې ماشومان د مور او پلار د هر کار پېښې کوي.
۲. ځکه چې ډېرځله ځان د دې جګړې لامل او دليل ګڼي.
۳. ځکه چې په کورنۍ فضا باندې منفي اغېز شيندلی شي.
٤. ځکه چې مور او پلار ته د درناوي د کموالي لامل ګرځي.
۵. ځکه چې ښايي اولادونه له مور او پلار څخه لرې کړي.
۶. ځکه چې ماشومان ځان په دې شخړو کې ښکېل ګڼي.
۷. ځکه چې د ماشومانو د اروايي ستونزو لامل ګرځي.
۸. ځکه چې ماشومان د دې شخړو د غځېدو وېره پيدا کوي.
۹. ځکه دا چې دوی څه نشي کولی، خواشيني کېږي.
۱۰. ځکه چې ښايي په اولاد کې د جنسي بېلاريو لامل شي.
۱۱. ځکه چې جګړې د ماشومانو په اروا ډېر بد اغېز کوي.
۱۲. ځکه چې جګړه ډېرې اندېښنې او کرکې پيدا کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې لږ اولادونه ولرو؟

١. ځکه چې د اولادونو ساتل او روزل ګران شوي دي.
٢. ځکه چې د نن زمانې ډېرى اولادونه ستونزې جوړوي.
٣. ځکه چې ټولې هيلې او غوښتنې يې نشو پوره کولی.
٤. ځکه چې ژوند او ګډې اړيکې ډېرې پيچلې او ګرانې شوي دي
٥. ځکه چې د نن سبا انسانان له کچې ډېر بوخت شوي.
٦. ځکه چې لږ اولادونه په سمه توګه روزل کېدای شي.
٧. ځکه چې هغه کورنۍ چې شمېر يې لږ وي، روغې وي.
٨. ځکه چې ډېر ماشومان مور او پلار دواړو ته زيان رسوي.
٩. ځکه چې د اولادونو تر مينځ همغږي په راته آسانه شي.
١٠. ځکه چې اروپوهان بياځلي د لږو ماشومان تينګار کوي.
١١. ځکه چې لږ ماشومان مو د ګډه کورني ژوند اړيکې رغوي.
١٢. ځکه چې ډېر اولادونه په هر حال نه شو مديريت کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله په کورنۍ کې د نورو بې احترامي کېږي؟

۱. ځکه چې په دې اړوند ځانګړي ارزښتونه نه جوړوو.
۲. ځکه چې اولاد ته مو درناوی کول نه دي ور زده کړي.
۳. ځکه چې کله کله والدین هم یو بل ته درناوی نه کوي.
٤. ځکه چې ډېرځله موږ خپله هم په درناوي عمل نه کوو.
۵. ځکه چې په ښوونیزو مرکزونو کې پرې کار نه کېږي.
٦. ځکه چې موږ ته یوازې لویانو ته درناوی ښوول شوی.
۷. ځکه چې درناوی د مینې لامل دی او دا مو نه ده زده کړې.
۸. ځکه چې کورنۍ د بې احترامۍ په اړوند ناستې نه کوي.
۹. ځکه چې نه پوهېږو درناوی کول یوه ځانګړې اړتیا ده.
۱۰. ځکه چې د درناوي نشتون لویې ستونزې راولاړولی شي.
۱۱. ځکه چې غوښتنې مو لوړې دي او ښه نه یو روزل شوي.
۱۲. ځکه چې د یو بل په چارو کې ډېرې ځله لاسوهنه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ له خپلو نويو ځوانانو سره ستونزه لري؟

۱. ځکه چې د نسلونو تر مينځ حساسيت نشي درک کولی.
۲. ځکه چې د نويو ځوانانو له اروايي ځانګړنو خبر نه دي.
۳. ځکه چې سم او نورمال چلند يې ناسم او نا نورمال ګڼي.
٤. ځکه چې ښايي مور او پلار هم له يو بل سره ستونزه ولري.
۵. ځکه چې کورنۍ د ودې دا پړاو سم نشي تحليل او ارزولی.
٦. ځکه چې بوخته دي او د اولاد روزنې ته وخت نه ورکوي.
۷. ځکه چې د خپلو اولادونو اړتياوې او غوښتنې نه پوره کوي.
۸. ځکه چې ځيني کورنۍ تر اړينې کچې ډېره پيروي ترې کوي.
۹. ځکه چې کورنۍ له خپلو اولادونو سره سمې اړيکې نه لري.
۱۰. ځکه چې کله ناکله اولادونو ته دروغ وايي او دوکې ورکوي.
۱۱. ځکه چې د اولاد له ښوونکو څخه د مرستې غوښتنه نه کوي.
۱۲. ځکه چې له اولاد نه مو ډېرې زياتې او بېځايه غوښتنې کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ځينو کورنيو کې طلاق رامينځ ته کېږي؟

۱. ځکه چې ډېرى کورنۍ يو له بل سره همغږي نه لري.
۲. ځکه چې ډېرځله ودونه په زور او جبر سره کېږي.
۳. ځکه چې د ګډ ژوند ملګري يو له بل سره خيانت کوي.
٤. ځکه چې تر مينځ يې سني توپيرونه بيخي ډېر وي.
۵. ځکه چې نور کسان يې په ژوند کې لاسوهنې کوي.
٦. ځکه چې د کوژدې له پيله يې يو بل ته دروغ ويلي.
۷. ځکه چې له شخصيتي اړخه يو له بل سره توپير لري.
۸. ځکه چې ځيني نارينه او ښځينه جنسي ستونزې لري.
۹. ځکه چې د مقابل لوري په اړوند مطالعه نه کوي.
۱۰. ځکه چې د تل لپاره دعوا، کنټرول او يو بل څاري.
۱۱. ځکه چې خپل مينځي باور يې له مينځه تللى دى.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ له ارواپوه مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ له روزنیزو لارو څخه ګټه نه اخلي؟

۱. ځکه چې فکر کوي اولادونه به يې په خپله لوی شي.
۲. ځکه چې د روزنیزو لارو په اړوند مطالعه نه کوي.
۳. ځکه چې ښايي د کورنۍ لويان کافي لوستي نه وي.
٤. ځکه چې خپلې پخوانۍ لارې يې سمې نه دي ارزولې.
۵. ځکه چې په هېواد کې مو د ښوونې روزنې پوهان لږ دي.
٦. ځکه چې تراوسه يې مثبته ارزونه نه ده ترې کړې.
۷. ځکه چې ډېری کورنۍ دې مسئلې ته پوره پام نه کوي.
۸. ځکه چې په دې اړوند زموږ په مورنۍ ژبه کتابونه نشته.
۹. ځکه چې کله د کورنۍ لويان هم دې ته اجازه نه ورکوي.
۱۰. ځکه چې موږ د مسلکي لارو په لټه کې هڅه نه ده کړې.
۱۱. ځکه چې نوې او علمي تګلارې کله کله سختې هم وي.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له متخصصانو مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ حسادت او کينې ته اړ کېږي؟

۱. ځکه چې له ماشومتوبه په حسادت کې رالوی شوي.

۲. ځکه چې د کورنۍ غړي له يوه بل سره پرتله کوي.

۳. ځکه چې ډېری کورنۍ د ټولنې په خوښه پر مخ ځي.

٤. ځکه چې تل د ټولنې له ناوړه قضاوت لاندې راغلي.

٥. ځکه چې موږ تر ډېره د ځان په اړه مالومات نه لرو.

٦. ځکه چې د يوه په تېروتنه ټوله کورنۍ ملامته کېږي.

۷. ځکه چې د افغان ټولنې ډېری کورنۍ نوښتگرې نه دي.

۸. ځکه چې دا نه ارزو چې ټولنه به کرکه را څخه وکړي.

۹. ځکه چې کورنۍ نوښتگرو اولادو ته موقع نه ورکوي.

۱۰.ځکه چې دا چاره روغه او سالمه نه ده او بايد پوه شو.

۱۱.ځکه چې د حسادت او کينې زيانونه او پايلې نه ارزوو.

۱۲.ځکه چې تراوسه د دې دود پر وړاندې مبارزه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ یو ځای تفریح ته نه ځي؟

۱. ځکه چې ډېری کورنۍ بوختې دي او وخت نه لري.
۲. ځکه چې ډېری کورنۍ امنيتي ستونزې او ډار لري.
۳. ځکه چې فکر کوي تفریح کول د شتمنو خلکو کار دی.
٤. ځکه چې کورنیو ته تفریح د اولادونو بېلاري ښکاري.
۵. ځکه دا چې تفریح يوه اړتیا ده، په دې نه پوهېږي.
٦. ځکه چې ځيني کورنۍ تفریح يو بې ځاينه لګښت ګڼي.
۷. ځکه چې په کورنيو مراسمو او غونډو بسياينه کوي.
۸. ځکه چې د تفریح او کار تر مينځ انډول ته پام نه کوي.
۹. ځکه چې نه پوهېږي چې تفریح اولادونه نوښتګر کوي.
۱۰. ځکه چې نه پوهيږي چې ژوند ته خوند او خوبني ورکوي.
۱۱. ځکه چې ډېری کورنۍ همغږي او ځانګړی نظم نه لري.
۱۲. ځکه چې تفریح د ژوند يوه برخه ده او دا نه درک کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشوم زېږېدل د خوښۍ لامل ګرځي؟

۱. څکه چې ټول به د هغه په پالنه باندې بوخت شي.
۲. څکه چې ماشوم ټولو ته مثبته انرژي ورکولی شي.
۳. څکه چې ځیني غواړي ډېر له ماشوم سره پاتې شي.
٤. څکه چې ډېر غواړي ماشوم ته په سم ډول پام وشي.
۵. څکه چې کورنۍ له ماشومانو سره ډېره مینه کوي.
٦. څکه چې د مور او پلار تر مینځ اړیکې سمولی شي.
۷. څکه چې له ماشوم سره اوسېدل یوه ښه خاطره ده.
۸. څکه چې د ماشوم پیدایښت هوساینه او خوښي راوړي.
۹. څکه چې د کورنۍ د غړو د کورنۍ کېدو لامل ګرځي.
۱۰. څکه چې د ماشوم له امله به کورنۍ ته وخت ورکړو.
۱۱. څکه چې زموږ ذهني فشار او ژورخپګان راکموي.
۱۲. څکه چې په کورنۍ کې د طلاق او بېلتون کچه راټیټوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زوی له واده وروسته خپلواک کړو؟

۱. ځکه چې له بېلابېلو اړخونو څخه به خپلواکه شي.
۲. ځکه چې زموږ زوی به یو مسوولیت منونکی شي.
۳. ځکه چې دا د تل پاتې مینې ساتلو یوه ښه تګلاره ده.
٤. ځکه چې مهرباني، درناوی او اړیکې به مو ښې شي.
۵. ځکه چې په دې سره به د کورنۍ په قدر ښه پوهیږي.
٦. ځکه چې په خپل مینځ کې د یو بل ارزښت راته ډیریږي.
۷. ځکه چې مور او پلار ته به د لا ډېرې تفریح موقع ورشي.
۸. ځکه چې په لویو کورنیو کې ژوند کول ډېر ګران وي.
۹. ځکه چې په لویه کورنۍ کې ګډې مینې ته زیان رسوي.
۱۰. ځکه چې دا باید درک کړو چې زامن مو خپلواکي غواړي.
۱۱. ځکه چې دا مو زامنو ته ځینې مهارتونه ور زده کولی شي.
۱۲. ځکه چې دې کړنې په نورو هېوادونو کې ښه پایله ورکړې.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مور او پلار د ماشوم په روزنه مخالفت ونه کړي؟

۱. ځکه چې که همغږي نه وي، ماشوم شک پرې کوي.
۲. ځکه چې د ماشوم په ذهن کې ناسم فکرونه پيدا کوي.
۳. ځکه چې له مور او پلار سره د ماشوم اړيکې خرابوي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د تيتېدو او بې نظمۍ لامل ګرځي.
۵. ځکه چې د ماشومانو د اروايي ستونزو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې مور او پلار د اولادونو لپاره يوه ښه بېلګه ده.
۷. ځکه چې په دې سره د اولادونو غوښتنې لوړوی شي.
۸. ځکه چې په دې سره بيا اولادونه منفي چلند زده کوي.
۹. ځکه چې د مور او پلار دا کار د اروا پوهنې خلاف دی.
۱۰. ځکه چې مور او پلار دا کار د بې باورۍ لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې په دې هکله د اروا پوه نظر ته غوږ نه نيسي.
۱۲. ځکه چې د ګډ ژوند او کورنۍ د ستړيا لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د نجونو زده کړو ته ارزښت ورکړي؟

١. ځکه چې ((ښځه یا د کور ده یا د ګور)) غلط باور دی.
٢. ځکه چې ډېری کورنۍ یې ننګوي او بې غیرتي یې ګڼي.
٣. ځکه چې هره نجلۍ یوه ورځ مور ده او باید ماهره وي.
٤. ځکه چې دې ته ارزښت ورکول د کورنیو مسوولیت دی.
٥. ځکه چې تحصیل کړې نجونې دوکه او فرېب نه خوري.
٦. ځکه چې دا زده کړې دي چې نجونې به په خپلو پښو ودروي.
٧. ځکه چې په زده کړو سره به ناسم دودونه له منځه لاړشي.
٨. ځکه چې د نجونو زده کړې د تاوتریخوالي کچه راکموي.
٩. ځکه چې نارینه هم د ښځو په زده کړو سره لږ خشم کوي.
١٠. ځکه چې لوستې نجونې له خاوند سره ښه جوړجاړی کوي.
١١. ځکه چې کورنۍ باید پوه شي چې د ښځو وده د ټولنې وده ده.
١٢. ځکه چې زده کړه په نارینه او ښځینه دواړو فرض شوې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کله کله د کورنۍ له ناروغه غړو سره مرسته نه کوو؟

۱. ځکه چې فکر کوو په کور کې د اروایي ناروغ درلودل عیب دی.
۲. ځکه چې کله خو د کورنۍ ناروغ غړی هم مرستې ته چمتو نه وي.
۳. ځکه چې نه پوهېږو د کورنۍ په ملاتړ مو اروايي ستونزې حلېږي.
٤. ځکه چې نه پوهېږو په اصل کې په خپله موږ ستونزې را پیدا کړې.
۵. ځکه چې د ځینو کورنیو د اړیکو بڼه د ستونزو په حل نه راڅرخي.
٦. ځکه چې ښايي موږ هم ځيني اروايي ستونزې ولرو، خو نه پوهېږو.
۷. ځکه چې نه پوهېږو ځيني اروايي ګډوډۍ هم ساري او ګرځنده وي.
۸. ځکه چې کله کله وېرېږو په نا مسلکي عمل سره ستونزه لويه نه کړو.
۹. ځکه چې کله کله په کار او دنده کې له ټاکلې کچې ډېر بوخت یو.
۱۰. ځکه چې نه پوهېږو کورنۍ یوازینی ملاتړ او د ستونزو اروابوه دی.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږو د کورنۍ ملاتړ د انسان د بریالیتوب لامل دی.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو د کورنۍ غړي سره څنګه او څه مرسته وکړو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ډېرى کورنۍ نیږدې اړیکې نه لري؟

۱. ځکه چې نه پوهیږي یو بل ته باید پوره وخت ورکړي.

۲. ځکه چې نه پوهیږی نږدې اړیکې د ودې لامل گرځي.

۳. ځکه چې نه پوهیږي نږدې اړیکې د ژوند یوه اړتیا ده.

٤. ځکه چې نه پوهیږي د کورنۍ غړي یې ښه ملگري دي.

۵. ځکه چې نه پوهیږي نږدې اړیکې د نوښت لامل گرځي.

٦. ځکه چې نه پوهیږي نږدې اړیکې د هوساینې لامل وي.

۷. ځکه چې نه پوهیږي ملگرتیاوې اړیکې نورې هم ټینگوي.

۸. ځکه چې نه پوهیږي تر ټولو ښه د راز ملگرې کورنۍ ده.

۹. ځکه چې نه پوهیږي د کورنۍ ملگرتیاوې تل تر تله وي.

۱۰. ځکه چې نه پوهیږي ډېرځله نه اړیکې ناروغۍ پیدا کوي.

۱۱. ځکه چې نه پوهیږي دا یې د خوښۍ او ښکلا لامل گرځي.

۱۲. ځکه چې نه پوهیږي کورنۍ ملگرتیا کورنۍ ډېره خوښوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ خپل غړي يوه لوي کار ته نه هڅوي؟

۱. ځکه چې ډېری يې په بدلون او نوښت باور نه لري.
۲. ځکه چې ډېرې کورنۍ ريسک او خطر نه شي منلی.
۳. ځکه چې نه پوهيږي هره چاره يوه تېروتنه هم لري.
٤. ځکه چې د کورنۍ لويان يې خلاق او نوښتګر نه دي.
۵. ځکه چې نه پوهيږي دا کار يې د غړو نوښت خوري.
٦. ځکه چې نه پوهيږي په هر حال يې بايد ملاتړ وکړي.
۷. ځکه چې ښايي د دې مسئلې له اغېزو سم خبر نه وي.
۸. ځکه چې نه پوهيږي دا يې د غړو د بريا لامل ګرځي.
۹. ځکه چې نه پوهيږي هر کله يې بايد لاسنيوی وکړي.
۱۰. ځکه چې ډېرې کورنۍ يې په اولاد باندې باور نه لري.
۱۱. ځکه چې د کار او کار موندنې په اړه مالومات نه لري.
۱۲. ځکه چې مور او پلار او کورنۍ تلپاتې بوختياوې لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځیني کورنۍ د نورو په مینځ کې نفاق اچوي؟

١. ځکه چې ځیني کورنۍ کومه ځانګړې بوختیا نه لري.

٢. ځکه چې ډېرې کورنۍ مثبت پاله او سالم چلند نه لري.

٣. ځکه چې ډېرې یې په خپله وده هېڅ کوښښ نه کوي.

٤. ځکه چې نفاق اچول ورته عادي او عادت شوي وي.

٥. ځکه چې نه پوهېږي ځان ته لوی زیان رسولی شي.

٦. ځکه چې نه پوهېږي، کار یې آن د مرګ لامل ګرځي.

٧. ځکه چې نه پوهېږي کورنۍ په یوبل منلو بریا خپلوي.

٨. ځکه چې خپله د دوی ذهن ته زیاد رسوي نه پوهېږي.

٩. ځکه چې نه پوهېږي کورنۍ به له یوبله و پاشل شي.

١٠. ځکه چې دا کار یې د کور له لویانو څخه زده کړي دي.

١١. ځکه چې په هراړخیز ډول یې سمه روزنه نه ده شوې.

١٢. ځکه چې د خپلو بریاوو مخه یې نیسي، خو نه پوهېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې افغان کورنۍ لږې نوښتګرې دي؟

۱. ځکه چې نالوستې دي او نوښت مالومات غواړي.

۲. ځکه چې د نوښت په اړوند ځانګړی فکر نه کوي.

۳. ځکه چې ښوونځي او پوهنتونونه ورته لږ پام کوي.

٤. ځکه چې بدلون نه مني او ډېری توپيري چلند کوي.

۵. ځکه چې د ټولنې په وده کې له ونډې نه خبر نه دي.

٦. ځکه چې نه پوهيږي ژوند ټول نوښت او خوند دی.

۷. ځکه چې نه پوهيږي نوښت په اړيکو کې سمون راولي.

۸. ځکه چې نه پوهيږي يوه بڼه يې ژوند کمرنګه کوي.

۹. ځکه چې ډېری بريالۍ ټولنې په نوښت پياوړې شوي.

۱۰. ځکه چې نه پوهيږي نوښت وړوکی خو تلپاتې ګام دی.

۱۱. ځکه چې فکر کوي نوښت کول د هر چا کار نه دی.

۱۲. ځکه چې د نوښتګرۍ پروګرامونو ته لږ وخت ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له کورنۍ څخه یو هوسا ځای جوړ کړو؟

۱. ځکه چې کورنۍ د ټولنې یو ډېر مهم رکن دی.
۲. ځکه چې کورنۍ د ټولنې د ودې لامل کېدی شي.
۳. ځکه چې د ودې او پرمختګ یو مهم ځای دی.
٤. ځکه چې له کورنۍ پرته خوښي ډېره سخته ده.
۵. ځکه چې کورنۍ د متمدنه انسان یو ملاتړ دی.
۶. ځکه چې خپلو اړتیاوو ته په سمه رسېدی شي.
۷. ځکه چې له ارواییي ګډوډیو او رووړدتیا مو ساتي.
۸. ځکه چې ورځ تر بلې له خطر سره مخ شوې.
۹. ځکه چې د کورنۍ په درلودلو به هوسا اوسو.
۱۰. ځکه چې هوساینه په یوه ښه کورنۍ کې شته.
۱۱. ځکه چې ستونزې په کورنۍ کې حلولی شو.
۱۲. ځکه چې له جنسي بېلاریو څخه مخنیوی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي یو بل ته بد رد وايي؟

۱. ځکه چې ښايي له یوه او بل سره کينه ولري.
۲. ځکه چې نه پوهېږي د یوه وده د ټولو وده ده.
۳. ځکه چې ښايي کومه اروايي ستونزه به ولري.
٤. ځکه چې ښايي د کورنۍ غړي نه وي پوهېدلي.
٥. ځکه چې ښايي کورنۍ له یو بله سره پاشلې وي.
٦. ځکه چې نه پوهېږي هېڅاته بد ویل ښه نه دي.
۷. ځکه چې نه پوهېږي چې د لرېوالي لامل ګرځي.
۸. ځکه چې د کورنۍ غړي يې ځان غوښتونکي دي.
۹. ځکه چې د کورنۍ غړي د یو بل درناوی نه کوي.
۱۰. ځکه چې کورني مینې ته سم ارزښت نه ورکوي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي بد رد ویل ناسم عمل دی.
۱۲. ځکه چې عادت شوي او باید د ترک کوښښ وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي په لګښتونو کې ونډه نه اخلي؟

١. ځکه چې ځيني کسان قرباني شخصيت لري.
٢. ځکه چې ځيني د مسووليت منلو حس نه لري.
٣. ځکه چې د کورنۍ ځيني غړي تيار خواره وي.
٤. ځکه چې د کور لويان دا ستونزه نه حل کوي.
٥. ځکه چې يو يې ګټي سل يې ختي موډ شوي.
٦. ځکه چې د کور د لګښت په ويش عمل نه کوي.
٧. ځکه چې د کورنۍ ځيني غړي خپله عايد پټوي.
٨. ځکه چې په کور کې منطيقي بحث نه پرې کوي.
٩. ځکه چې فکر کوي نور به خبرې پسې وکړي.
١٠. ځکه چې د کورنۍ لپاره يو منظم پلان نه لري.
١١. ځکه چې ځيني کورنۍ د حل پرځای نيوکې کوي.
١٢. ځکه چې په کورنيو کې لويان توپيري چلند کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ ځيني غړي ضد کوي؟

١. ځکه چې غړي يې له يو بل څخه لويې غوښتنې کوي.
٢. ځکه چې په زده کړو او دريځونو کې يې توپير دی.
٣. ځکه چې د يو بل په شخصي چارو کې لاسوهنه کوي.
٤. ځکه چې کله ناکله د کور لويان ددې چلند لامل گرځي.
٥. ځکه چې خپلې کورنۍ اړيکې په سمه نه درک کوي.
٦. ځکه چې خپلو کورنيو اړيکو ته ارزښت نه ورکوي.
٧. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مينځ مالي توپير کوي.
٨. ځکه چې د کورنۍ په معنوی ارزښت سم نه پوهيږي.
٩. ځکه چې ښايي د کورنۍ نوی غړی يې لامل شوی وي.
١٠. ځکه چې ښه اورېدونکي نه دي او زغم هم نه لري.
١١. ځکه چې ډېر بې ځايه قضاوتونه او پرتلې سره کوي.
١٢. ځکه چې په ځينو کورنيو کې ځانگړي ارزښتونه نشته.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کسان له طلاق ورسته ګډ ژوند کوي؟

۱. ځکه چې له قانون او حقوقو څخه پوره خبر نه وي.
۲. ځکه چې نه غواړي د کورنۍ غړي يې وپاشل شي.
۳. ځکه چې نه غواړي د ټولنې تر قضاوت لاندې راشي.
٤. ځکه ناوخته پوه شوي چې طلاق ورکول يې ناسم وو.
۵. ځکه چې ځيني اولادونه بانه کوي او نه شي بېلېدلی.
٦. ځکه چې له وړاندې يې د زيانونو په اړه نه وو لوستي.
۷. ځکه چې تړلي (وابسته) دي او بېلتون نه شي زغملی.
۸. ځکه چې فکر کوي ښايي يوه ورځ دا هرڅه جبران شي.
۹. ځکه چې پوهيږي اولادونو ته يې ستونزې راټوکېږي.
۱۰. ځکه چې مالي ستونزې لري او په ځان بسيا نه دي.
۱۱. ځکه چې ځيني د زړه سوي له امله سره يوځای دی.
۱۲. ځکه چې له ګاونډيانو، ټولنې او ملګرو څخه شرميږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني له طلاق وروسته هم ګډ ژوند ادامه ورکوي؟

۱. ځکه چې ښايي له قانون او حقوقي مواردو ښه خبر نه وي.
۲. ځکه چې نه غواړي خپله کورنۍ تر پوښتنو لاندې راولي.
۳. ځکه چې نه غواړي د ټولنې تر ناسم قضاوت لاندې راشي.
٤. ځکه چې وروسته پوهېږي، چې پرېکړه يې ناسمه شوې.
۵. ځکه چې ځيني اولاد پلمه کوي او نشي کولی سره بېل شي.
٦. ځکه چې د طلاق د زيانونو په اړوند وړاندې مطالعه نه کوي.
۷. ځکه چې تړلي (وابسته) دي او جدايي (بېلتون) نشي زغملی.
۸. ځکه چې فکر کوي ښايي يوه ورځ به دا هر څه جبران کړي.
۹. ځکه چې نه پوهېږي اولادونو ته يې ستونزې راټوکولی شي.
۱۰. ځکه چې مالي ستونزې لري يا پر ځان باورته نه دي رسېدلي.
۱۱. ځکه چې ښايي يو ځای والی به له هر څه سم او غوره ګڼي.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږي په خپله وغواړي قانوني واده هم وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د اولادونو ترمینځ توپیر کوي؟

١. ځکه چې د کورنۍ ځيني غړي اروايي او عاطفي ستونزې لري.
٢. ځکه چې مېرمنې د نارينه وو په پرتله د اولاد ودې ته ځير وي.
٣. ځکه چې له بده مرغه دا چاره په ټولنه کې په معيار بدله شوې.
٤. ځکه چې دا دود دی هر هغه څوک چې کار وکړي امتياز اخلي.
٥. ځکه چې پخوا يې له مور او پلار سره هم توپيري چلند شوی دی.
٦. ځکه چې د مشر او کشر اولاد ترمينځ توپير مو د ټولنې دود دی.
٧. ځکه چې خلك مو هڅوي تر څو د اولاد ترمينځ توپير وکړو.
٨. ځکه چې اولادونو ته مو لوی زيان رسولی شي، خو نه پوهېږو.
٩. ځکه چې کله کله خو اولادونه هم توپيري چلند ته لار هواروي.
١٠. ځکه چې د دې کار په غير قانوني والي سم نه يو خبر او پوه.
١١. ځکه چې نه پوهېږي چې دا چاره يې د سترو زيانونو لامل شوې.
١٢. ځکه چې ډېری د روغو ميندو او پلرونو له ونډې نه دي خبر.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې سیاسي مسایل کور ته را نه وړو؟

۱. ځکه چې ښايي زموږ کورنیو اړیکو ته هم سیاسي بڼه ورکړي.
۲. ځکه چې په سیاسي مسایلو کې همغږي کېدل ناشونې چاره ده.
۳. ځکه چې په ډېرې کورنیو کې د ناخوالو او ناندریو لامل ګرځي.
٤. ځکه چې سیاسي مسایل مو په کورني ژوند باندې منفي اغېز کوي.
۵. ځکه چې سیاسي مسایل او ګوند بازي د بې اتفاقۍ لامل ګرځي.
٦. ځکه چې سیاست او کورنۍ دوه بېل بنسټونه او مسوولیتونه دي.
۷. ځکه چې موږ ډېر سیاست ځپلي یو او باید کورنۍ ته یې رانه وړو.
۸. ځکه چې سیاست په کور کې د کینې او توپیري چلند لامل ګرځي.
۹. ځکه چې د کورنۍ اصلي دندې، ونډې او چارې له پامه غورځي.
۱۰. ځکه چې کورنۍ د ژوند تر ټولو مهمه برخه ده او باید خوندي وي.
۱۱. ځکه چې زموږ په ټولنه کې سیاست شخړه جوړول پېژندل شوي.
۱۲. ځکه چې د سیاسي مسایلو حل زموږ په کورنۍ پورې اړه نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د اولاد تر مينځ پر يوبل منلو ټينګار وکړو؟

۱. ځکه چې په دې کار سره به يوه سالمه او روغه کورنۍ ولرو.
۲. ځکه چې د اولادونو تر مينځ د لا ډېرې مينې لامل کېدای شي.
۳. ځکه چې له يو بل سره ژوند کوو او نشو کولی يو بل ونه منو.
٤. ځکه چې له ارواييي اړخه مو ټوله کورنۍ خوندي ساتلی شي.
٥. ځکه چې کورنۍ پر يوبل منلو سره بريالیتوب ته رسېدی شي.
٦. ځکه چې له ارواييي اړخه زموږ کورنۍ او ټولنه رغولی شي.
٧. ځکه چې کورنۍ او ټولنې ته مو ډېره وده او پرمختګ ورکوي.
٨. ځکه چې په کورنيو کې مو د تاوتريخوالي کچه کمولی شي.
٩. ځکه چې د اولاد ترمينځ مو د مينې او خواخوږۍ لامل ګرځي.
١٠.ځکه چې د شک او ناسمې پوهېدنې کچه به ډېره راکمه کړي.
١١.ځکه چې وروسته د اولادونو ورځنی ژوند او هوساينه رغوي.
١٢.ځکه چې يو بل منل مو د ښوونې او روزنې يوه روغه لاره ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ فضا مینه ناکه کړو؟

۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ مو روغ مهارتونه وده کوي.

۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ د زغم او همغږۍ لامل ګرځي.

۳. ځکه چې مینه او محبت مو ورځنۍ ژوند نور هم رغولی شي.

٤. ځکه چې له پخوا مو مشرانو ویلي وو چې: مینه له مینې پیدا کیږي.

۵. ځکه چې مینه د عاطفي ستونزو د حل یوازینی راز او کیلي ده.

٦. ځکه چې د پیاوړو او هوډمنو خلکو مینځ ته راتګ لامل ګرځي.

۷. ځکه چې په یو بل باوري کیږو او له امله یې خواخوږي کوو.

۸. ځکه چې د کورنۍ په غړو باندې مو بې باوري له منځه وړي.

۹. ځکه چې مرسته کوي د ټولنې وګړي پر یو بل کلک باور وکړي.

۱۰. ځکه چې له کورنۍ څخه بهر اړیکو ته مو هم وده ورکوی شي.

۱۱. ځکه چې مرسته کوي، د کورنۍ غړي خپلې موخې ترلاسه کړي.

۱۲. ځکه چې مینه او محبت مو مثبت هیجانونه نور هم ډېرولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې او د څه لپاره کورنۍ ماشومان ولري؟

١. ځکه چې د ځينو کسانو د واده موخه همدا ماشوم دی.
٢. ځکه چې اولادونه په کورنۍ کې صميميت راټوکوي.
٣. ځکه چې هر انسان اولاد لرلو ته يوه فطري تنده لري.
٤. ځکه چې د کورنيو بيولوژيکي روغتيا ته لويه ګټه ده.
٥. ځکه چې د ژوند غځېدو ته لويه انګېزه پيدا کولی شي.
٦. ځکه چې د کورنۍ له وړتيا او مقاومت سره مرسته کوي.
٧. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر منځ مسوولیت منل ډېروي.
٨. ځکه چې د ګاونډيانو او ملګرو له پوښتنو سره مخ کيږي.
٩. ځکه چې په کور کې آرامه او هوسا فضا رامنځته کوي.
١٠. ځکه چې د خاوند او مېرمنې پام يو بل ته ډېروی شي.
١١. ځکه چې اولاد لرل مو د کورنيو د هوساينې لامل ګرځي.
١٢. ځکه چې د اروپوهانو له نظره د کورنيو د بقا لامل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په افغان کورنیو کې له ښځو سره سلا مشوره نه کېږي؟

۱. ځکه چې ټولنه نارینه پلوې او د مېرمنو په ځیرکتیا باور نه لري.
۲. ځکه چې مېرمنې عاطفي چلند کوي او دا د نارینه وو فکر بدلوي.
۳. ځکه چې فکر کوي مېرمنې د کور کار او اولاد روزلو لپاره وي.
٤. ځکه چې کله خو د ښځو ترمینځ تعصب د ډېرو ستونزو لامل دی.
۵. ځکه چې ځینې مېرمنې ډېرې پیاوړې، څېړونکې او پلټونکې دي.
٦. ځکه چې د ښځو د حقارت احساس، نارینه خپلې پایلې ته رسوي.
۷. ځکه چې ځینې د ژوند مهارتونو، ودې او نمو ته ښه پام نه کوي.
۸. ځکه چې د خپلې ودې مسلم حق اخیستو لپاره یې هڅه نه ده کړې.
۹. ځکه چې کله کله دوی هم ښې پرېکړې نه کوي او ځان گوښه کوي.
۱۰. ځکه چې ځینې ښځې کینه او حسادت کوي چې زیان ورته اړوي.
۱۱. ځکه چې مېرمنې لږ راز ساتي او په پرېکړو کې عاطفي چلند کوي.
۱۲. ځکه چې خاوند او مېرمنه باید د یو بل ملاتړ وکړي، خو نه پوهېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کور کې يوازې نارينه پرېکړې کوي؟

۱. ځکه چې زموږ ټولنه کې دا حق نارينه ته ځانګړی شوی.
۲. ځکه چې ښايي ځيني نارينه ښې او منطقي پرېکړې کوي.
۳. ځکه چې ډېر ځله ډېری مېرمنې په نارينه وو تکيه کوي.
٤. ځکه چې له اوله همدا ورته زده شوي چې پرېکړه وکړي.
۵. ځکه چې نارينه په مديريتي چارو کې تر ښځو برياليي وي.
٦. ځکه چې نارينه ډېر ځله په نوښت او خلاقيتونو فکر کوي.
۷. ځکه چې نارينه تنګ نظره او مېرمنو ته وخت نه ورکوي.
۸. ځکه چې نارينه د واک او ځواک غوښتې په فکر کې وي.
۹. ځکه چې نارينه په لږه کچه احساساتي پرېکړې کوی شي.
۱۰. ځکه چې ډېری يې په ځان باوري او ښې پرېکړې هم کوي.
۱۱. ځکه چې د نارينه وو ډېری پرېکړې د شواهدو له مخې وي.
۱۲. ځکه چې زموږ د کلتور له مخې بايد نارينه پرېکړه وکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې د یو بل نظر ته درناوی وشي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ د مینې او محبت لامل ګرځي.
۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ اعتماد او باور رغولی شي.
۳. ځکه چې د کورنۍ د غړو اند، هوښ او فکر نور هم وده کوي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ اړیکې ډېرې پیاوړې کېږي.
۵. ځکه چې د کورنۍ غړو سره مرسته کوي څو ستونزې وواېي.
٦. ځکه چې د نورو درناوی یو تر ټولو ارزښتناک لومړیتوب دی.
۷. ځکه چې په کورنۍ پورې د زړه تړلو یو لوی لامل کېدی شي.
۸. ځکه چې په دې کار سره مو کورنۍ خپل غړي ښه روزلی شي.
۹. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ باورونه نور هم لوړولی شي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ غړي په ځان یې بیخي ډېر باوري کولی شي.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ روغتیا او نوښت ډېروی شي.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ د زغم او منلو روحیه ډېروي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کور کې مشرانو ته درناوی وکړو؟

١. ځکه چې د کورنیو مشران مو زموږ لپاره ښې بېلګې وي.
٢. ځکه چې درناوی په کورنۍ کې مینه او محبت ډېروي شي.
٣. ځکه چې په کورنۍ کې د یو بل ونډه او اړتیاوې درک کوي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د خوښۍ او اروايي روغتیا لامل ګرځي.
٥. ځکه چې مشران مو هر ځای زموږ ښه ملاتړی کوی شي.
٦. ځکه چې په دې سره له هغوی څخه ډېر څه زده کولی شو.
٧. ځکه چې مرسته کوي مشران هم موږ ته ښه غوږ ونیسي.
٨. ځکه چې د کورنۍ ماشومانو ته به ناز او مینه ورکړل شي.
٩. ځکه چې په کورنۍ کې د امن او هوساینې حس پیدا کوي.
١٠. ځکه چې د مشرانو درناوی پر کشرانو د شفقت لامل ګرځي.
١١. ځکه چې هره کورنۍ او ټولنه خپلو مشرانو ته اړتیاوې لري.
١٢. ځکه چې د لویانو تر سیوري لاندې به پرمختګ شونی شي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ وروستۍ پرېکړې مشران کوي؟

۱. ځکه چې دا چاره د علم په پرتله ډېره کلتوري بڼه لري.
۲. ځکه چې ډېری ځوانان احساساتي او ژر پرېکړې کوي.
۳. ځکه چې ځيني لويان ښه او هوښيار ځوانان هم نه مني.
٤. ځکه چې ځوانان په کورنۍ کې خپلې وړتياوې نه ښيي.
۵. ځکه چې نورې پرېکړې په کور کې تاوتريخوالی ډېروي.
٦. ځکه چې کله کله زموږ لپاره ښې بېلګې ګرځېدلی شي.
۷. ځکه چې ناخبره مو دا کړنه په ذهن کې منل شوې ده.
۸. ځکه چې ډېری مشران او لويان مو ښه اورېدونکي دي.
۹. ځکه چې ډېری ځوانان خپل نظرونه په سمه نشي ويلی.
۱۰. ځکه چې ډېری لويانو له وړاندې ښې پرېکړې کړې دي.
۱۱. ځکه چې له بده مرغه ځيني لويان ديکتاتوري هم کوي.
۱۲. ځکه چې ډېری فکر کوو چې د مشرانو پرېکړې ښې وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ خپلو زامنو ته ډېر ارزښت ورکوي؟

۱. ځکه چې له پخوا د يوه نيمګړي کلتور په توګه پاتې شوې دی.
۲. ځکه چې زموږ په ټولنه کې ډېری نارينه ښې دندې او ملاتړ لري.
۳. ځکه چې نجونې کورنيو دندو او ښو زده کړو ته نه دي پرېښې.
٤. ځکه چې له نورو نه يې زده کوي او په دې کار لاس پورې کوي.
۵. ځکه چې ډېرځله کورنۍ خپلې نجونې د ټولنيزو ستونزو لامل ګڼي.
٦. ځکه چې کورنۍ نه پوهېږي چې نجونې هم مينې ته لويه اړتيا لري.
۷. ځکه چې د وروڼو او خويندو ترمينځ د کرکې يو لوی لامل ګرځي.
۸. ځکه چې کورنۍ له خپلو اصلي موخو او دندو څخه لرې کولی شي.
۹. ځکه چې دا کړنه د جنسيتي توپيرونو او ستونزو لامل کېدی شي.
۱۰. ځکه چې د کورنيو دا چاره په انساني کرامت پښې ايښودل دي.
۱۱. ځکه چې دا چاره د نجونو د عاطفي ودې د مخنيوي لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې ډېری کورنۍ نالوستې دي او پوره پوهاوي ته اړتيا لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنیو کې مشر اولاد ته ډېر ارزښت ورکول کیږي؟

١. ځکه چې له کوم علمي او منطقي اړخ پرته يو کلتور گرځېدلی.
٢. ځکه چې خوينديې او وروڼه، مشران د مور او پلار په ځای گڼي.
٣. ځکه چې ځيني کورنۍ تر اوسه هم دوديز او پخوانی فکر لري
٤. ځکه چې لويانو ته ارزښت ورکول د انسانانو يوه ځانگړنه ده.
٥. ځکه چې مور او پلار نه پوهيږي ټول اولادونه مساوي حق لري.
٦. ځکه چې ډېر ځله مشر اولاد د مور او پلار خبرو ته غوږ نيسي.
٧. ځکه چې مشران اولادونه د کورنۍ مسوولیتونه په غاړه اخلي.
٨. ځکه چې اولادونه مو درناوي، مينې او ارزښت ته اړتيا لري.
٩. ځکه چې مشر اولاد ډېر ځله له مور او پلار سره ښه اړيکې لري.
١٠. ځکه چې مشران اولادونه له بدني او اروايي اړخه پياوړي وي.
١١. ځکه چې مشران او کشران اولادونه بايد يو ډول ارزښتمن شي.
١٢. ځکه چې نه پوهيږو په دې کار سره مشران هم قرباني کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د ټولنې د يو ارزښتناک اصل په توګه ومنو؟

۱. ځکه چې کورنۍ د ټولنې لومړنۍ او پياوړې بنسټ جوړوي.
۲. ځکه چې په کورنۍ کې بدلونونه ښايي ټولنې ته بدلون ورکړي.
۳. ځکه چې د ټولنې غړو ته روزنه په کور کې ورکول کېږي.
٤. ځکه چې پرمختللې ټولنې د کورنۍ پر نظم ډېر ټينګار کوي.
۵. ځکه چې نه پوهېږو له کورنۍ پرته هېڅ ځای ته نه شو رسېدی.
٦. ځکه چې له کورنۍ پرته خپلو اوږدمهاله موخو ته نه شو رسېدی.
۷. ځکه چې مفسدې کورنۍ له فساد ډکې ټولنې رامينځ ته کوی شي.
۸. ځکه چې هر ځل انقلابونه او بدلون له کورنيو څخه پيل کېږي.
۹. ځکه چې دا چاره زموږ له ټولنيز کېدو سره ډېره مرسته کوي.
۱۰. ځکه چې کورنۍ ته له ارزښت پرته هېڅ پرېکړه نه شو کولی.
۱۱. ځکه چې روغه کورنۍ د ټولنې لپاره لويه اروايي درملنه وي.
۱۲. ځکه چې انسان له کورنۍ وروسته خوندي ټولنې ته اړتيا لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د خپلو غړو له ملاتړ پرته نشي بريالۍ کېدای؟

۱. ځکه چې د کورنۍ هر غړی يوه د اړتيا وړ دنده سرته رسوي.

۲. ځکه چې کورنۍ يوه جزيي ټولګه ده او د کل پيروي کوی شي.

۳. ځکه چې کورنۍ له ژمنې او يووالی پرته نشي کولی بريالۍ وي.

٤. ځکه چې د روغو کورنيو يوه ځانګړنه له يوبله ملاتړ کول دي.

۵. ځکه چې يو پخوانی متل لرو چې، په يوه ګل نه پسرلی کيږي.

٦. ځکه چې کورنۍ د خپلو غړو په وده کې ښه ونډه لوبولی شي.

۷. ځکه چې د جز په سمې ودې سره ټولګه هم بريالۍ کېدی شي.

۸. ځکه چې کورنۍ نظام د يو واحد نظام په توګه مطرح کيږي.

۹. ځکه چې د يوه غړي اغېزمنتيا هم په کورنۍ مثبته اغېزه کوي.

۱۰. ځکه چې ډېری کورنيو د خپلو غړو له امله ماتې خوړلې دي.

۱۱. ځکه چې زموږ د ژوند ښه او ټولنيز جوړښت همداسې دی.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ ملاتړ په ژوند کې د برياليتوب اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ د یو بل خصوصي حریم مات نه کړي؟

۱. ځکه چې په ماتېدو یې د غړو ترمینځ درناوی له مینځه تلی شي.
۲. ځکه چې هر څوک له خپلې کورنۍ نه بېل شخصي ژوند لري.
۳. ځکه چې د کورنۍ د خصوصي حریم ساتل د مینې ساتل وي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ د باور رغولو لامل گرځي.
٥. ځکه چې په دې کار سره کورنۍ ته د ارزښت احساس ورکوو.
٦. ځکه چې په دې سره مو کورنۍ ته لا ډېره خوشالي ورکولی شو.
۷. ځکه چې که یې مات کړو د خپلې کورنۍ باور له لاسه ورکوو.
۸. ځکه چې د کورنۍ د غړو د بېلتون لرې والي یو لامل گڼل کیږي.
۹. ځکه چې کورنۍ ته د ملگري او ملاتړي فکر ورکولو لامل گرځي.
۱۰. ځکه چې هر فرد خصوصي حریم لری او دا د هماغه کس حق دی.
۱۱. ځکه چې د خصوصي حریمونو ماتول د انسانانو ماتې گڼل کیږي.
۱۲. ځکه چې د نړۍ د پرمختللو هېوادونو د ودې یو راز همدا گڼل کیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ ډېر ځله زموږ په پرېکړو کې لاسوهنې کوي؟

۱. ځکه چې د ژوند له همدې بڼې سره عادت شوي یو.
۲. ځکه چې کورنۍ زموږ په اړه خپل ځان مسوول ګڼي.
۳. ځکه چې مور او پلار تل موږ ته همدا زده کړه راکوي.
٤. ځکه چې نه پوهېږو له یو بله د لرېوالي لامل ګرځي.
۵. ځکه چې خپل مسوولیتونه ښه په غاړه نشو اخیستلی.
٦. ځکه چې کله زموږ چلند هم د دې لامل ګرځېدلی شي.
۷. ځکه چې موږ هم له خپلو حقونو څخه دفاع نه شو کولی.
۸. ځکه چې پر وړاندې یې آن خبري هم نشو کولی.
۹. ځکه چې ځیني کورنۍ شیطاني او منفي ځانګړنې لري.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ هر غړی خپل مسوولیت نه پېژني.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ غړي له بل سره تړلي (وابسته) دي.
۱۲. ځکه چې د کورنیو ستونزو په اړه پوره مطالعه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ ته لومړیتوب ورکړو؟

۱. ځکه چې زموږ د ژوند لپاره یوازینی خوندي ځای دی.
۲. ځکه چې زموږ د ملاتړ یوازینی او ریښتینی بنسټ دی.
۳. ځکه چې ځیني کورنۍ بې کاره او بې مسوولیته شوي.
٤. ځکه چې یوازې په کورنۍ کې مو هیلې پوره کیږي.
۵. ځکه چې له همغږۍ او مرستې پرته وده نشي کولی.
٦. ځکه چې په کورنۍ کې له هر ځای څخه ښه ځلېدلی شو.
۷. ځکه چې په ټولنه کې د روغو بدلونونو لامل کورنۍ ده.
۸. ځکه چې د کورنۍ غړي مو د اروايي روغتیا لامل دي.
۹. ځکه چې ډېر ځله بریالۍ کورنۍ له یوبل سره ژوند کوي.
۱۰. ځکه چې خوېندې او وروڼه د یو بل تر څنګ خوشحاله وي.
۱۱. ځکه چې په سترګو وینو دا چاره په ټولنه کې هېره شوې.
۱۲. ځکه چې ډېری افغاني ټولنې له کورني کړکېچ سره مخ دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ ښه مالي مديريت نه لري؟

۱. ځکه چې ځيني کورنۍ نظم او راتلونکې کورنۍ پلان نه لري.
۲. ځکه چې د پيسو له مديريت نه د پيسو گټل ورته ارزښت لري.
۳. ځکه چې دا زموږ د ټولنې يو دود دی چې، يو يې گټي او سل يې خټي.
٤. ځکه چې ډېرو زيار هېر کړی او حسادت ته لومړيتوب ورکوي.
۵. ځکه چې له ځيني نورو کورنيو سره يې سيالي پيل کړې دي.
٦. ځکه چې نه پوهېږو مالي مديريت د روغو کورنيو يو مهارت دی.
۷. ځکه چې زموږ په ټولنه کې ناسم او ناوړه دودونه ډېر شوي دي.
۸. ځکه چې له لومړيو څخه مالي مديريت نه دی راته ښودل شوی.
۹. ځکه چې نه پوهېږو د مالي مديريت نشتوالی ستونزې پيدا کوي.
۱۰. ځکه چې نه پوهېږو مالي مديريت او اروايي هوساينه اړيکه لري.
۱۱. ځکه چې خپل لگښت مو د خپلو عوايدو اړوند نه دی برابر کړی.
۱۲. ځکه چې فکر کوو مالي مديريت عيب، بې ننگي او بې غيرتي ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مور او پلار د خپل اولاد لپاره هر څه چمتو نه کړي؟

۱. ځکه چې د هر څه چمتو کول یې د اولادونو د نوښت مخه نیولی شي.
۲. ځکه چې په داسې روزنې سره به د نورو حریم ته لېږ درناوی وکړي.
۳. ځکه چې د هر څه په چمتو کولو سره د اولادونو تمې ډېرې لوړیږي.
٤. ځکه چې د هر څه په چمتو کولو به د مالکیت احساس له لاسه ورکړي.
۵. ځکه چې له هر څه به ګټه اخلي خو هېڅ کار ته به یې لاس نه ورځي.
٦. ځکه چې په مور او پلار پورې به اوږدمهاله وابسته او تړلي پاتې شي.
۷. ځکه چې مور او پلار به هم په اولادونو پورې وابسته او تړلې وده وکړي.
۸. ځکه چې درس، زده کړو او د ژوند نورو چارو ته به لږ پاملرنه وکړي.
۹. ځکه چې دا مورد به زموږ د اولادونو اړیکو ته هم لوی زیان واړوي.
۱۰. ځکه چې زموږ اولادونه به نازولي، په ځان مین او یا د حقارت حس پیدا کړي.
۱۱. ځکه چې په راتلونکې به مو اولاد له ریښتیا سره جوړجاړی ونه کړي
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو اولاد ته د هرڅه چمتو کول د روزنې لاره نه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د اولاد په روزنه کې د کورنۍ پر ارزښت ټينګار وکړو؟

۱. ځکه چې په راتلونکي کې به دوی په خپله هم کورنۍ جوړوي.
۲. ځکه چې د ماشومتوب ارزښتونه تر ډېرو په ذهن کې پاتې وي.
۳. ځکه چې د يو ارزښت بنسټيز کول اړينې روزنې ته اړتيا لري.
٤. ځکه چې د ارزښت نه لرل کورنۍ له ستونزو سره مخ کوی شي.
۵. ځکه چې اولادونه بايد خپل مسوولیتونه ډېر ښه درک او وپېژني.
٦. ځکه چې دا د انسان د ژوند له ارزښتناکه ماموريتونو څخه وي.
۷. ځکه چې مرسته کوي اولاد خپل ځان د کورنۍ غړی حس کړي.
۸. ځکه چې مرسته کوي اولادونه خپلې کورنۍ ته ژمن پاتې شي.
۹. ځکه چې ماشومان فعاله او خپلې راتلونکې ته چمتو کولی شي.
۱۰. ځکه چې داسې روزنه د روغو کورنيو او ټولنو اړتيا ګڼل کيږي.
۱۱. ځکه چې ياده چاره موږ ته مينه، درناوی او پاملرنه را زده کوي.
۱۲. ځکه چې کورنۍ د پرمختللو بشري ټولنو لومړنۍ ښنه ګڼل کيږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي دروغ نه وايي؟

۱. ځکه چې د ژوند انډول مو له کړکېچ سره مخ کوي.

۲. ځکه چې اولادونه مو له اروايي اړخه ناروغه کوي.

۳. ځکه چې له نورو کسانو سره مو اړيکې خراب کړي.

٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو د ډار لامل ګرځېدلی شي.

۵. ځکه چې يوه کورنۍ به له بلې کورنۍ سره دښمنه شي.

۶. ځکه چې دروغ د ځان د حقارت د احساس لامل ګرځي.

۷. ځکه چې دروغ مو ټولو باورونو ته سخت زيان اړوي.

۸. ځکه چې مېندې او پلرونه د نورو لپاره لويه نمونه وي.

۹. ځکه چې دروغ مو د نوښت وړتيا له مېنځه وړلی شي.

۱۰. ځکه چې دروغ مو له کورنۍ سره مينه کمولی شي.

۱۱. ځکه چې کورنۍ د مينې تر سيوري لاندې وده کوي.

۱۲. ځکه چې د کورنۍ لويان د ماشومانو لپاره بېلګې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ ځيني غړي په ځان ډېر مينيږي؟

١. ځکه چې دا ګډوډۍ يې له ماشومتوبه ځان سره لرله.
٢. ځکه چې په کورنۍ کې ورته پوره پاملرنه نه کېږي.
٣. ځکه چې کورنۍ له يوبل سره مثبتې اړيکې نه لري.
٤. ځکه چې کورنيو ته يې اولادونه لومړيتوب نه لري.
٥. ځکه چې ښايي کورنۍ به يې اروايي ستونزې لري.
٦. ځکه چې په کورنيو کې يو بل ته وخت نه ورکول کېږي.
٧. ځکه چې په ځان مينېدل اروايي ګډوډي نه بلل کېږي.
٨. ځکه چې د دې ګډوډۍ حل لارو ته پوره پام نه کوو.
٩. ځکه چې د کورنۍ له غړو څخه مو مرسته نه غواړو.
١٠. ځکه چې د روغې روزنې له لارو څخه ګټه نه اخلي.
١١. ځکه چې د ستونزو حلولو لپاره منظم پروګرام نه لرو.
١٢. ځکه چې له ارواپوهانو څخه مو مرسته نه ده غوښتې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ د کورنۍ ښځينه غړي شاته پرېږدي؟

۱. ځکه چې نه پوهېږي لوستې مېرمنې د کورنۍ د ودې ستر لامل دی.
۲. ځکه چې کله کله په خپله مېرمنې هم د خپل وروسته والي لامل وي.
۳. ځکه چې نه پوهېږو مېرمنې د کورنۍ او ټولنې نيمه برخه جوړوي.
٤. ځکه چې مېرمنې خپله هم ځان کم ګڼي او په ځان باور يې لږ دی.
۵. ځکه چې کله ناکله کورنۍ تاوتريخوالی او ناخوالې ددې لامل ګرځي.
٦. ځکه چې کېدای شي مېرمنې بيولوژيکي ستونزې يا کوم عيب ولري.
۷. ځکه ډېر ځله مېرمنې چوپې پاتې کېږي او خپل حق نه شي غوښتلی.
۸. ځکه چې ډېرې کورنۍ نه پوهېږي د کور نظم د ښځې په لاس کې دی.
۹. ځکه چې ډېرې کسان فکر کوي ښځه ځانګړې ونډه او اغېز نه لري.
۱۰. ځکه چې ډېرې ښځې تر پوښتنې لاندې راتلل نه غواړي او شاته ځي.
۱۱. ځکه چې نارينه نه پوهېږي په دې کار سره خپله هم شاته پاتې کېږي.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ اروايي روغتيا په برابرښت او يوبل منلو کې ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ځينو کورنيو کې نارينه وو ته ډېر درناوی کيږي؟

۱. ځکه چې ډېری نارينه ښې دندې، عوايد او پيسې لري.
۲. ځکه چې د کورنۍ مديريت نارينه وو ته ورکړل شوی.
۳. ځکه چې نه پوهېږو د کورنۍ هر غړی بايد ومنل شي.
٤. ځکه چې ډېری کسان يې له اروايي اغېزو خبر نه دي.
۵. ځکه چې نارينه د واکمنۍ او ځواکونو غوښتونکي وي.
٦. ځکه چې نه پوهېږو نارينه وو ته درناوی لومړيتوب دی.
۷. ځکه چې ډېری نارينه خپل ځانونه د کورنۍ مسوول ګڼي.
۸. ځکه چې دغه چاره اوس په يوه دود او کلتور بدله شوې ده.
۹. ځکه چې نارينه په کورنۍ کې اروايي سکون راوستی شي.
۱۰. ځکه چې په ټولنه کې نارينه له جنسيتي اړخه پياوړي دي.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ روغتيا به نارينه وو درول شوې ده.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږو نارينه او مېرمن برابر درناوی غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې د مور او پلار تر منځ مینه ارزښت لري؟

۱. ځکه چې په اولادونو کې مو د اروايي روغتيا لامل گرځي.

۲. ځکه چې د خاوند او مېرمنې خپل مينځې باور ډېرولی شي.

۳. ځکه چې د خاوند او مېرمنې تر مينځ درک او مينه ډېروي.

٤. ځکه چې لامل کيږي يو ښه، سمه او سالمه کورنۍ ولرو.

۵. ځکه چې د اولادونو د لا ښې ودې او پرمختگ لامل گرځي.

٦. ځکه چې اولادونه به مو روغې اړيکې جوړې او زده کړي.

۷. ځکه چې د روږدتيا، وابسته گي او ژورخپگان مخه نيسي.

۸. ځکه چې په اولادونو کې مو د نوښت ځواک پياوړې کوي.

۹. ځکه چې مرسته کوي د کورنۍ غړي يو بل ته نږدې شي.

۱۰. ځکه چې مينه مو د کورنۍ د غړو د ذهني ودې لامل گرځي.

۱۱. ځکه چې په اولادونو کې مو د هوساينې احساس پيدا کوي.

۱۲. ځکه چې زموږ د کورني ژوند د دوام او غځېدو لامل گرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ د غړو ترمينځ درناوی پيدا کړو؟

۱. ځکه چې درناوی د کورنۍ د غړو ترمينځ باور ډېروي.
۲. ځکه چې هر روغ انسان د خپل ځان درناوی خوښوي.
۳. ځکه چې د کورنۍ د غړو پر ځان باور هم ډېرولی شي.
٤. ځکه چې مرسته کوي يو بل ته په ښه توګه غوږ ونيسو.
۵. ځکه چې د کورنۍ د غړو د پوره ودې لامل ګرځېدلی شي.
٦. ځکه چې درناوی د کورنۍ د غړو ترمينځ مينه پيدا کوي.
۷. ځکه چې درناوی زموږ د کورنۍ يو دوديز ارزښت دی.
۸. ځکه چې درناوی د کورنۍ د غړو اروا ته ګټه لرلی شي.
۹. ځکه چې ټول انسانان يو بل درناوی نه لرل ښه کړنه نه ګڼي.
۱۰. ځکه چې درناوی د ژمنتيا، انډول او مهرباني لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې د درناوي نه لرل د کينې او ځورېدو لامل ګرځي.
۱۲. ځکه چې درناوی لرل د انسانانو يوه لويه اړتيا ګڼل کيږي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو د کورنۍ مدیریت ته زیان رسیږي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ غړي مو یو بل ته ژمن نه دي.
۲. ځکه چې د کورنۍ غړي یوبل ته وخت نه ورکوي.
۳. ځکه چې په کور کې لوی او کوچینی نه دی مالوم.
٤. ځکه چې مور او پلار مو هم یو د بل درناوی نه کوي.
٥. ځکه چې کورنۍ ته مو سم قوانین نه دي جوړ کړي.
٦. ځکه چې کېدای شي کورنۍ مو برخې برخې وي.
٧. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مینځ یو بل منل نشته.
٨. ځکه چې خاوند او مېرمنه یو بل ته غوږ نه نیسي.
٩. ځکه چې کورنۍ ته لومړیتوب ورکول مو نه دي زده.
١٠. ځکه چې په ټولنه کې کورنۍ ته ارزښت نه ورکوي.
١١. ځکه چې د کورنۍ د غړو موخې له یوبل سره اړیکه نه لري.
١٢. ځکه چې په دې اړوند له ارواپوه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ مسوولیت منولکي غړي شو؟

۱. ځکه چې مسوولیت منل د کورنۍ هر غړي وده ورکوي.
۲. ځکه چې نه غواړو د کورنۍ بې مسوولیته غړي پاتې شو.
۳. ځکه چې په مسوولیت منلو د انسان د نوښت قوه لوړېږي.
٤. ځکه چې مسوولیت منل د کورنۍ د غړو مینه ډېرولی شي.
۵. ځکه چې مسوولیت منل موږ له راتلونکو سرګردانیو ساتي.
٦. ځکه چې په مسوولیت منلو مو تېروتنې له منځه تللی شي.
۷. ځکه چې له اروايي اړخه هر روغ انسان مسوولیت مني.
۸. ځکه چې مسوولیت منونکي وګړي لاسته راوړنې لري.
۹. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ ژوند راته لومړیتوب شي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ د لا ډېرې ودې لامل ګرځېدلی شي.
۱۱. ځکه چې مسوولیت منل د ګډ ژوند له اصولو څخه یو وي.
۱۲. ځکه چې پرته له دې نه به اروايي ستونزې راته پیدا شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې پرله پسې مراتب پلي شي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ په یووالي کې ونډه لري.
۲. ځکه چې دا مو د کورنۍ یوه مهمه اړتیا ده.
۳. ځکه چې په کورنیو کې د ژمنتیا لامل ګرځي.
٤. ځکه چې په کورنۍ کې د درناوي پیدا کوي.
٥. ځکه چې په کورنۍ کې د نظم لامل ګرځي.
٦. ځکه چې د هر چا مسوولیت ځانګړی کېږي.
۷. ځکه چې د کورنۍ اړیکې مو رغولې شي.
۸. ځکه چې د ټولو حقونو ته د پاملرنې کېږي.
۹. ځکه چې ټولنه له فساد نه خلاصون مومي.
۱۰. ځکه چې په کورنۍ کې د باور لامل کېږي.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ اروایي روغتیا تضمینوي.
۱۲. ځکه چې دا د روغو کورنیو یو اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې روږدو کسانو ته ډېره پاملرنه وشي؟

١. ځکه چې له روږدتيا نه د خلاصون لپاره ښه مرسته کوي.
٢. ځکه چې په روږدو کسانو کې د اروايي روغتيا پيدا کوي.
٣. ځکه چې مقابل لوری به مو په خپلو وعدو ژمن پاتې شي.
٤. ځکه چې له دې پرته ښايي روږدي جنايت ته مخه کړي.
٥. ځکه چې روږدی نشي کولی له خپل ځان نه ساتنه وکړي.
٦. ځکه چې روږدي کسان پياوړو ملاتړ کوونکو ته اړتيا لري.
٧. ځکه چې روږدي کسان ډېرځله په ځان پوره باور نه لري.
٨. ځکه چې روږدي په خپلو پروگرامونو کې نورو ته اړ دي.
٩. ځکه چې ښه ملگري نه لري او ښايي روږدتيا يې سخته شي.
١٠. ځکه چې په ټولنه کې د لا نور فساد څخه مخنيوی کوی شي.
١١. ځکه چې روږدو ته پاملرنه د درملنې له بهير سره مرسته کوي.
١٢. ځکه چې کله کله همدا نه پاملرنه د بيا روږدتيا لامل گرځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ له غړو سره خواخوږي وکړو؟

۱. ځکه چې خواخوږي د کورنۍ د غړو اړیکې پیاوړې کوي.
۲. ځکه چې خواخوږي په کورنیو کې مینه پیدا کولی شي.
۳. ځکه چې په دواړو لورو کې درک او پېژندګلوي لوړوي شي.
٤. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمینځ د مسوولیت احساس ډېروي.
٥. ځکه چې په خواخوږۍ به یوبل سره نږدې اړیکې جوړ کړي.
٦. ځکه چې له یوازیتوب نه به خلاص شي او مینه به پیدا کړي.
٧. ځکه چې پر یو بل باور، هوډ او ژمنتیا له کچې ډېره لوړوي.
٨. ځکه چې د اروايي ګډوډیو، ژور خپګان او وېرې کچه کموي.
٩. ځکه چې د کورنۍ غړي وده کوي او ښې دندې موندلی شي.
۱۰. ځکه چې په کورنۍ او ټولنه کې د خیانت او دروغو کچه ټیټوي.
۱۱. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ لږ په نورو پورې (وابسته) شي.
۱۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو د هراړخیزې هوساینې لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړي د ملګرو په څېر ژوند وکړي؟

١. ځکه چې ملګرتیا د ژوند له غوره اړیکو څخه ده.
٢. ځکه چې له ملګري سره مو رازونه شریکولی شو.
٣. ځکه چې له ملګري سره په هوساینه خبري کولی شو.
٤. ځکه چې په دې سره مو کورني نېکمرغه کولی شو.
٥. ځکه چې ملګرتیا د یوې روغې کورنۍ اړتیا ده.
٦. ځکه چې انسانان له خپلو ملګرو سره خوښ وي.
٧. ځکه چې زموږ اړیکې لا نورې هم پیاوړې کوي.
٨. ځکه چې په کورنۍ کې د تاوتریخوالي مخه نیسي.
٩. ځکه چې په موږ کې د لا ډېرې ژمنتیا لامل ګرځي.
١٠. ځکه چې د اولاد د لاسه ورکولو څخه مخنیوی کوي.
١١. ځکه چې په کورنۍ کې د مینې او محبت لامل ګرځي.
١٢. ځکه چې د انسانانو له ډېرو لویو لېوالتیاوو څخه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ ځيني غړي له کچې ډېره قرباني ورکوي؟

۱. ځکه چې د ځان او ځان سمبالولو په ارزښت نه پوهېږي.
۲. ځکه چې فکر کوي دې کار ته اړ او مجبور شوي دي.
۳. ځکه چې عادت شوي او په اسانه يې نه شي پرېښودلی.
٤. ځکه چې نه پوهېږي ځيني قربانۍ هم يوه اندازه لري.
٥. ځکه چې خپل مشران يې د هغوی سمې بېلګې نه وې.
٦. ځکه چې کله کله کورنۍ هم همداسې لوړې تمې لري.
٧. ځکه چې له ماشومتوبه مورو پلار دې کار ته هڅولي.
٨. ځکه چې ښايي مشر يا ورته ويل شوي قرباني ورکړه.
٩. ځکه چې نه پوهېږي قرباني يې کورنۍ ته زيان اړوي.
١٠. ځکه چې ښايي د کورنۍ نور غړي بې مسووليته لوی شوي وي.
١١. ځکه چې ښايي ياد کس اندېښنه، خواشيني او وېره ولري.
١٢. ځکه چې ځيني د پرېکړې او ستونزو حلولو مهارت نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې خوښي سره ووېشو؟

۱. څکه چې د کورنۍ مینې او محبت ډېرېدو لامل ګرځي.
۲. څکه چې زموږ مثبت هیجانونه له کچې څخه ډېروي.
۳. څکه چې زموږ ټولنیزو اړیکو ته ښه وده ورکولی شي.
٤. څکه چې موږ له ارواییي او بدني ګډوډیو نه لرې کوي.
۵. څکه چې په موږ کې د ذهني فشار کچه راکښته کوي.
٦. څکه چې د کورنۍ د غړو خپل مینځي باور ډېر لوړوي.
۷. څکه چې د کورنۍ د غړو یوبل سره خبرو لامل ګرځي.
۸. څکه چې په کورنۍ کې د نوښت راوستو لامل کېدای شي.
۹. څکه چې د خوښیو وېشل مو کورنۍ بریالۍ او رغوي.
۱۰. څکه چې له روغتیا، هوساینې او ښکلا سره مرسته کوي.
۱۱. څکه چې د خاوند او مېرمنې په جنسي اړیکو ښه اغېز کوي.
۱۲. څکه چې د کورنۍ ستونزې حلوي او روغ بدلونونه راولي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې د ماشومانو نظر ته پاملرنه وکړو؟

۱. ځکه چې د خپل کار له نازکوالي او زیانونو څخه بې خبره دي.
۲. ځکه چې نه پوهېږو د ماشوم روغتیا له کړکېچ سره مخ کوي.
۳. ځکه چې د ماشوم د ودې له حساسیت او ارزښت سره بلد نه دي.
٤. ځکه چې نه پوهېږي د ماشوم په ځان باور ډېر راکمولی شي.
۵. ځکه چې نه پوهېږي په ماشوم کې د اروایي ستونزو لامل ګرځي.
٦. ځکه چې مرسته کوي ماشوم عاطفي لرېوالی احساس نه کړي.
۷. ځکه چې نه پوهېږو د پوښتنې کولو روحیې ته یې وده ورکوي.
۸. ځکه چې نه پوهېږو دا چاره یې نوښت او انرژۍ له منځه وړي.
۹. ځکه چې فکر کوي ماشومان یې له نظر څرګندولو سره بلد نه دي.
۱۰. ځکه چې نه پوهېږو په دې سره ماشوم خپل ځان سپک او کم ګڼي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي دا چاره یې د باور جوړولو لامل هم ګرځي.
۱۲. ځکه چې د ماشومانو له ځانګړنو پوره مالومات او خبرتیا نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کسان له کورنۍ نه ستړي او لرې کېږي؟

۱. ځکه چې مور او پلار ورځخه بې ځایه او بېخي ډېرې تمې کوي.
۲. ځکه چې کورنۍ د هغوی عاطفي اړتیاوې نه شي پوره کولی.
۳. ځکه چې د کورنۍ غړي له يو او بل سره کينه او سیالي کوي.
٤. ځکه چې په کورنۍ کې د اولاد ترمينځ عدالت او برابري نشته.
۵. ځکه چې په ځينو کورنيو کې ګواښل، رټل او ځارل شتون لري.
٦. ځکه چې ځيني کسان بدلونونه او له کچې ډېره آزادي غواړي.
۷. ځکه چې کورنۍ يې روغه نه ده او خبرو ته يې غوږ نه نيسي.
۸. ځکه چې کله کله د کورنۍ د غړو او اولاد شمېر بيخي ډېرېږي.
۹. ځکه چې د کورنۍ غړي په کار او ټولنيزو شبکو کې بوخت دي.
۱۰. ځکه چې د کورنۍ د غړو تر مينځ درناوی، مينه او هڅونه نشته.
۱۱. ځکه چې ځيني کورنۍ هېڅکله هم په ژوند کې بدلونونه نه مني.
۱۲. ځکه چې له خپلې کورنۍ څخه د لرېوالي او ستړيا لامل ګرځي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کور کې د کورنۍ غړي وهڅوو؟

١. ځکه چې د سالمو انسانانو له روغو اړتیاوو څخه یوه ده.
٢. ځکه چې د مقابل لوري پر ځان باور ډېر زیات لوړوي.
٣. ځکه چې مرسته کوي په کار او زده کړو کې بریالي شو.
٤. ځکه چې د ټولنې او کورنۍ له پرمختګ سره مرسته کوي.
٥. ځکه چې زموږ ګډه کورني ژوند ته نوره هم ښکلا ورکوي.
٦. ځکه چې د مور او پلار د ژوند ښه کېدلو یو لامل همدا دی.
٧. ځکه چې د کورنۍ غړي مهربان، نوښتګر او مثبت کېږي.
٨. ځکه چې مرسته کوي خلك له اروايي ستونزو خلاص شي.
٩. ځکه چې مرسته کوي خواخوږي او له ځانه ډېر خبر شو.
١٠. ځکه چې زموږ په ټولنیزه وده او مینه کې مرسته کولی شي.
١١. ځکه چې د ناروغه او ناسالمو اړیکو د راکمېدو لامل ګرځي.
١٢. ځکه چې هڅونه د کورنۍ روزنې یو ارزښتناك اصل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ هېوادنۍ مينه يو اصل وګڼي؟

۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمينځ پياوړې ژمنتيا پيدا کوي.
۲. ځکه چې له منفي سياليو او توپيري چلند څخه مخنيوی کوي.
۳. ځکه چې زموږ په تړاو او ځان پېژندنه کې ښه مرسته کوي.
٤. ځکه چې په ژوند کې مثبته او مينه ناکه روحيه راکولی شي.
٥. ځکه چې د هېواد د قوانينو په پلي کولو کې مرسته راسره کوي.
٦. ځکه چې مرسته کوي موږ له معنوي اړخه ډېره وده وکړو.
۷. ځکه چې انسانان سوله پال، يو او بل منونکي او مهربانه روزي.
۸. ځکه چې له بېلابېلو ټولنيزو ستونزو څخه به خلاصون پيدا کړو.
۹. ځکه چې د نژادي، قومي، ژبني او مذهبي مخالفتونو مخه نيسي.
۱۰. ځکه چې د نظام، ملي او کلتوري ارزښتونو د ساتنې سره مرسته کوي.
۱۱. ځکه چې زموږ د ټولنې د وګړو د نوښتګرۍ کچه ببساري لوړوي.
۱۲. ځکه چې د پلټنې، نوښتګرۍ او مالکيت احساس مو پياوړی کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د کورنۍ غړو ته نظم او ترتيب ور زده کړو؟

۱. ځکه چې نظم په کورنۍ کې د ثبات او امن لامل کيږي.

۲. ځکه چې د کورنۍ د غړو په ژوند د ثبات لامل گرځي.

۳. ځکه چې په کورنۍ کې به مو اصول او قوانين پلي شي.

٤. ځکه چې نظم له اندېښنو او وېرې څخه مخنيوی کوي.

۵. ځکه چې زموږ د اولادونو د روغې روزنې لامل گرځي.

٦. ځکه چې په کورنۍ کې مو خوښي رامينځ ته کولی شي

۷. ځکه چې د کورنۍ د غړو د اروايي ستونزو مخه نيسي.

۸. ځکه چې زموږ کورنۍ د رڼا او روښنايۍ پر لور بيايي.

۹. ځکه چې بريالۍ ټولنې پر نظم او برابرښت ولاړې دي.

۱۰. ځکه چې مرسته کوي په کورنۍ کې مو ژمنتيا ډېره شي.

۱۱. ځکه چې د کورنۍ د غړو ترمينځ مينه او محبت ډېروي.

۱۲. ځکه چې د نظم همدا زده کړه سبا ټولنې ته هم لېږديږي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په کورنۍ کې کارونه په مساوي ډول وویشل شي؟

۱. ځکه چې مور ته د لا ډېرو فعالیتونو وړتیا رابښي.
۲. ځکه چې له کورنۍ سره زموږ د ژمنتیا لامل ګرځي.
۳. ځکه چې د کورنۍ غړو ته اړینه هوساینه ورکوي.
٤. ځکه چې په کورنۍ کې صمیمت ته لاره هواروي.
۵. ځکه چې له قربانۍ او بد احساس څخه مخنیوی کوي.
٦. ځکه چې د خلکو تر مینځ انډول او برابرۍ پیدا کوي.
۷. ځکه چې د وګړو تر مینځ د کار کولو حوصله لوړوي.
۸. ځکه چې اړیکې مو ثابتې او په یوه حال پاتې کېږي.
۹. ځکه چې مرسته کوي چارې مو سمې پر مخ ولاړې شي.
۱۰. ځکه چې مرسته کوي خلک د مسوولیت احساس وکړي.
۱۱. ځکه چې له تاوتریخوالي او ناسم چلند مخنیوي کوي.
۱۲. ځکه چې د عمري او اوږدمهاله خوښ ژوند لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ ماشومې کېږي؟

۱. ځکه چې تل په مور او پلار پورې وابسته پاتې شوي دي.

۲. ځکه چې تل ورته د نورو خلکو خبرو ارزښت درلوده.

۳. ځکه چې ډېرو يې له عاطفي اړخه سمه وده نه ده کړې.

٤. ځکه چې د ژوند ښه يې ماشومانه وه او اوس به هم وي.

۵. ځکه چې ځيني کورنۍ نالوستې دي يا هم لږ پوهيږي.

٦. ځکه چې د کورنۍ غړي يو بل سره ښه اړيکې نه لري.

۷. ځکه چې پخوا ورځخه له کچې ډېره پيروي شوې ده.

۸. ځکه چې د کورنۍ پر وده او ارزښت يې کار نه دی کړی.

۹. ځکه چې ټولنيز اړيکې يې شلېدونکې او ناروغه شوي دي.

۱۰. ځکه چې د کورنۍ هر غړی ځان غوښتنه او ټولواکي کوي.

۱۱. ځکه چې د ماشومتوب له مهاله په سمه نه دي روزل شوي.

۱۲. ځکه چې په دې هکله د کورنۍ له لارښود مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ له یوبل سره په همغږۍ پرېکړې نه کوي؟

۱. ځکه چې نه پوهېږي دا چاره یې د مهربانۍ لامل کېدای شي.
۲. ځکه چې له همغږۍ پرته کړنې د بې باورۍ لامل ګرځي.
۳. ځکه چې پرته له دې به د خلکو ترمنځ صمیمیت راکم شي.
٤. ځکه چې نه پوهېږي په دې سره یې پرېکړې منطقي کېږي.
۵. ځکه چې همغږي د کورنۍ د غړي په ځان پوره باوري کوي.
٦. ځکه چې په شریکه د پرېکړې کولو ارزښت خورا ډېرېږي.
۷. ځکه چې نه پوهېږي له یو بل سره یې ډېر نږدې کوی شي.
۸. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ عاطفي اړیکو ته وده ورکوي.
۹. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ د غړو د نوښت ځواک ډېروي.
۱۰. ځکه چې نه پوهېږي د کورنیو مخالفتونو د حل لامل ګرځي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي په کورنۍ کې مینه او لېوالتیا ډېروی شي.
۱۲. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ غړي ښه او زړه سواندي کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې کورنۍ په قومي وياړنو نازيږي؟

١. ځکه چې نه پوهيږي قومي او پخوانۍ وياړنې نسبي بنه لري.
٢. ځکه چې په تنګ نظرۍ او توپيري چلند کې رالوی شويدي.
٣. ځکه چې نه پوهيږي د قبيلو ترمينځ د بې باورۍ لامل ګرځي.
٤. ځکه چې کله کله مو چاپېريال له همداسې مسايلو نه ډک وي.
٥. ځکه چې په ټولنيزو اړيکو کې مو روغ چلند شتون نه لري.
٦. ځکه چې وېره، غوصه او کينه لري او دا يې لامل ګرځېدلي.
٧. ځکه چې نه پوهيږي په يوويشتمه پېړۍ کې ورته اړتيا نشته.
٨. ځکه چې حقيقتونو او ريښتينو خبرو ته پوره درناوی نه لري.
٩. ځکه چې احساسات يې روغ نه دي او ډېر ژر هيجاني کيږي.
١٠. ځکه چې نه پوهيږي دې شيانو ته ارزښت ورکول ښه نه دي.
١١. ځکه چې له پخوا نه تر اوسه په سم ډول نه دي روزل شوي.
١٢. ځکه چې نه پوهيږي دا چاره يې په خپل زيان تمامېدلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ توپيري چلند ته ارزښت ورکوي؟

١. ځکه چې ښايي له ده سره هم توپيري چلند شوی وي.
٢. ځکه چې په خپل ځان باندې لږ اعتماد او باور لري.
٣. ځکه چې د ډېرى کسانو په ځان باور ډېر ټيټ دی.
٤. ځکه چې نه پوهېږي د نا سالمې روزنې لامل ګرځي.
٥. ځکه چې نه پوهېږي له دې سره سره وده نشي کولی.
٦. ځکه چې نه پوهېږو دومره سخته ستونزه هم نه ده.
٧. ځکه چې نه پوهېږو د ژوند انډول مو له مينځه وړي.
٨. ځکه چې نه پوهېږو ټولنه به مو ډېره وروسته پاتې شي.
٩. ځکه چې نه پوهېږي تعصب د تعصب لامل کېدای شي.
١٠. ځکه چې هڅه نه کوي او د نورو وده تعصب راټوکوي.
١١. ځکه چې نه پوهېږو د ټولنې وده زموږ خپله وده هم نه ده.
١٢. ځکه چې نه پوهېږي د شرم او ځان کم ليدنې لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځیني کورنۍ په اسانه بدلونونه نه مني؟

۱. ځکه چې تل په خپلو زړو او نا سمو ارزښتونو پورې نښتي وي.
۲. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه د ودې او پرمختګ لامل ګرځي.
۳. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه یې په ژوند کې مثبت بدلون راولي.
٤. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه یې د ژوند انډول ښه سم برابروي.
۵. ځکه چې نه پوهېږي له بدلونونو پرته نوښت ناشونی کېدی شي.
٦. ځکه چې نه پوهېږي بدلونونه یې مینه او محبت لا ډېرولی شي.
۷. ځکه چې کله کله بدلونونه په کورنۍ کې د همغږۍ لامل ګرځي.
۸. ځکه چې نه پوهېږو بدلونونه باید یوازې په ځیر مدیریت کړو.
۹. ځکه چې د بدلونونو انډول په کورنۍ کې د صمیمیت لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې ځیني میندې او پلرونه نه پوهېږي بدلونونه حتمي دي.
۱۱. ځکه چې نه پوهېږي د بدلونونو منل یوه سالمه او روغه چاره ده.
۱۲. ځکه چې بدلون نه منل د سختو او بې کاره انسانانو ځانګړنه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني کورنۍ محدوديتونه رامينځ ته کوي؟

۱. ځکه چې ډېر ځله زورواکي کوو يا هم نور کنټرولوو.
۲. ځکه چې نه پوهېږو هر وګړی د پرېکړې کولو حق لري.
۳. ځکه چې تل په محدوديتونو کې رالوی او روزل شوي يو.
٤. ځکه چې نه پوهېږي محدوديتونه د نوښت مخه نيولی شي.
۵. ځکه چې نه پوهېږي دا يې مينه او محبت راکمولی شي.
٦. ځکه چې محدوديت لامل ګرځي د کورنۍ غړي وده ونه کړي.
۷. ځکه چې نه پوهېږي محدوديت وضع کول روغه کړنه نه ده.
۸. ځکه چې محدوديتونه په کور کې د بې باورۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې نه پوهېږي د کورنۍ د غړی لږ باور لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې نه پوهېږي مينه د محدوديتونو له منځه تل پيدا کوي.
۱۱. ځکه چې په ژوند کې مو د راز ساتلو او ژمنتيا احساس کموي.
۱۲. ځکه چې کورنۍ فکر کوي محدوديت د روغې روزنې لامل دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په رسنیو کې کورنیو ته د عامه پوهاوي پروګرامونه جوړ شي؟

۱. ځکه چې ډېری افغان کورنۍ لوستې نه دي.

۲. ځکه چې ډېری کتاب ته لاسرسی نه لري.

۳. ځکه چې په دې اړوند خپاره کتابونه نه لرو.

٤. ځکه چې له کورنیو سره یې مرسته کړې ده.

۵. ځکه چې په ډېری هېوادونو کې همداسې کېږي.

٦. ځکه چې د پوهاوي غږ تر ډېرو رسولی شو.

۷. ځکه چې د کورنۍ انګېزه او پاملرنه ډېروي.

۸. ځکه چې د ستونزو له مخنیوي سره مرسته کوي.

۹. ځکه چې د ټولنې کورنۍ له ستونزو سره مخ دي.

۱۰. ځکه چې پرته له دې مو په ټولنه کې بله هڅه نشته.

۱۱. ځکه چې د ټولنې ستونزې له کورنیو راټوکېږي.

۱۲. ځکه چې له مینې او درناوي سره مرسته کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د واده او کورنۍ په اړوند سمینارونه جوړ شي؟

١. ځکه چې کورني مسایل زموږ د ټولنې له لویو ستونزو څخه دي.
٢. ځکه چې د نظر څرګندولو او اورېدلو لپاره ښه موقع پیدا کېږي.
٣. ځکه چې د سیمینار له امله به ژورو علمي څېړنو ته مخه کړو.
٤. ځکه چې د کورنۍ او ټولنې اړتیاوو ته مثبت ځواب پیدا کېږي.
٥. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ ارزښتناکو کړنو ته پاملرنه وکړي.
٦. ځکه چې نه پوهېږو د کورنۍ وده د ټولنې د ودې لامل ګرځي.
٧. ځکه چې نه پوهېږو د کورنۍ د ودې نشتوالی ستونزې راټوکوي.
٨. ځکه چې سیمینارونه د روغو کورنیو په روزنه کې مرسته کوي.
٩. ځکه چې کورنۍ پکې ګډون کوي او مسوولیتونو ته یې پام کېږي.
١٠. ځکه چې د ډېرو کورنیو ترمینځ د باور بیا رغونې لامل ګرځي.
١١. ځکه چې مرسته کوي کورنۍ ستونزې مو راته ارزښتناکې شي.
١٢. ځکه چې د کورني ژوند د مهارتونو د ودې یوه لویه لاره همدا ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

پينځمه برخه

۱۰۰ ولې او ځکه مورولې او پلارولې

Downloaded From:
Telegram: ArmanPashtoLibrary
WhatsApp: 0093779815770
Facebook: آرمان پښتو کتابتون

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې زموږ ماشوم نور ماشومان وهي او ډبوي؟

۱. ځکه چې له نورو ماشومانو سره کینه لري.

۲. ځکه چې د غوصې خالي کولو ځای نه لري.

۳. ځکه خپل احساسات يې سم نه دي پېژندلي.

٤. ځکه چې په نادوده ډول وهل او ډبول شوي.

۵. ځکه چې موږ ډېرې غوښتنې ترې لرو.

٦. ځکه چې جنګي فلمونه او خپرونېويني.

۷. ځکه چې د کور لويان شخړې سره کوي.

۸. ځکه چې ماشوم مو سم نه دی روزلی.

۹. ځکه چې تر څلور کلنۍ پورې عادي وي.

۱۰. ځکه چې کېدای شي ماشومان ډېر فعال وي.

۱۱. ځکه کېدای شي ماشوم هم ځورول شوی وي.

۱۲. ځکه چې موږ هم سم ملاتړ نه دی ترې کړی.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان ډېرې خبرې کوي؟

۱. ځکه چې ماشومتوب د خبرو او پلټنو پړاو وي.

۲. ځکه چې ماشوم وي او پوښتنونکې روحیه لري.

۳. ځکه چې کېدای شي زموږ له مینې محروم وي.

٤. ځکه چې کله ښايي ماشوم کوم څه پټول وغواړي.

۵. ځکه چې غواړي د نورو پام ځان ته راواړوي.

٦. ځکه چې ښايي له کوم بل ماشوم سره کینه ولري.

۷. ځکه چې ښايي په ځان باور يې کم شوی وي.

۸. ځکه چې ښايي په دې ډول خپل اعتراض کوي.

۹. ځکه چې ښايي د درناوي او هڅونې غوښتنه ولري.

۱۰. ځکه چې غواړي ستاسو په څېر مشر ښکاره شي.

۱۱. ځکه چې ښايي وغواړي چې مینه ورسره وکړئ.

۱۲. ځکه چې کله ماشوم ډېرې خبرې کوي جدي نه ده.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته ډېرې ډالۍ ورنه کړو؟

۱. ځکه چې د ماشوم د نوښت وړتيا له مينځه وړي.

۲. ځکه چې ماشوم يې له امله ډېر غوښتونکی کېږي.

۳. ځکه چې ماشوم په دې ډول رشوت خور کېږي.

٤. ځکه چې کېدای شي ماشوم مو په ځان مين شي.

۵. ځکه چې د ماشوم د فعاليت راکمولو لامل ګرځي.

۶. ځکه چې ښايي ماشوم مو حريص او مادي کړي.

۷. ځکه چې بيا په به راتلونکي کې له ډالۍ پرته کار نه کوي.

۸. ځکه چې تل خو نشو کولای چې ډالۍ ورکړو.

۹. ځکه چې د کورنۍ د مالي کړکېچ سبب ګرځي.

۱۰. ځکه چې ډېرې ډالۍ ورکول روزنيزه لاره نه ده.

۱۱. ځکه چې ډېر ځله ماشوم نازولی عادت کوي.

۱۲. ځکه چې ډېرې ډالۍ د ودې مخ نيسي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته خپل مسوولیت وروسپارو؟

١. ځکه چې ماشوم د چارو سرته رسولو سره مینه لري.
٢. ځکه چې پلټنه کوي او چارې ژر سرته رسولی شي.
٣. ځکه چې مسوولیت ورکول او منل ماشوم سم روزي.
٤. ځکه چې په راتلونکي کې بیا کارونه سم سرته رسوي.
٥. ځکه چې مسوولیت د ماشوم پر ځان باور لوړولی شي.
٦. ځکه چې له ماشوم سره مرسته کوي چې په ځان بسیا شي.
٧. ځکه چې د ماشوم د شخصیت له ودې سره مرسته کوي.
٨. ځکه په دې سره پوهېږي چې خوګ یې مزدوران نه دي.
٩. ځکه چې بیا به احساس کړي چې تاسو باور پرې لرئ.
١٠. ځکه چې مسوولیت ورکول ماشوم له تنبلۍ څخه ساتي.
١١. ځکه چې مسوولیت ماشوم ته مثبت بدلون ورکولی شي.
١٢. ځکه چې په دې کار سره ماشوم مهارتونه زده کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل ماشومان په ملي جشن کې ګډون ته وهڅوو؟

۱. ځکه چې د ماشوم د هېواد پالنې حس ته وده ورکوي.

۲. ځکه چې ماشومان د نويو مسايلو او مواردو سره بلدوي.

۳. ځکه چې د ماشوم په ټولنيزه وده کې مرسته کولی شي.

٤. ځکه چې دا کار ماشوم ته يو ډول ښه احساس ورکوي.

۵. ځکه چې د ځان او نورو په اړه مثبت احساس پيدا کوي.

٦. ځکه چې د يو بل منلو په برخه کې مرسته ورسره کوي.

۷. ځکه چې دا کار د ماشوم پر ځان باور لوړولی شي.

۸. ځکه چې په دې کار سره به راتلونکی د ځان و ګڼي.

۹. ځکه چې دا يې د خپل ټاټوبي له تاريخ څخه خبروي.

۱۰. ځکه چې ماشوم سره مرسته کوي چې مهربان واوسي.

۱۱. ځکه چې د ټولنې ښه خلک به بېلګه وګرځوي.

۱۲. ځکه چې ملی جشن ماشوم ملي او وطني کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان له لوست سره مينه نه لري؟

۱. ځکه چې ښايي پوره خوب ونه لري.

۲. ځکه چې ډېرې ذهني بوختياوې لري.

۳. ځکه چې په زده کړه کې ستونزه لري.

٤. ځکه چې په مبايل کې ډېر بوخت وي.

۵. ځکه چې په نورو پورې تړلي وي.

٦. ځکه چې کورنی او لويان يې نه هڅوي.

۷. ځکه چې کورنی او مشران سم چلند نه کوي.

۸. ځکه چې ښايي په ښوونځي کې ځورول کېږي.

۹. ځکه چې ښايي د زده کړې ګډوډې ولري.

۱۰. ځکه چې ښايي ذهني وروسته پاتې والی ولري.

۱۱. ځکه چې ښايي ښوونکی سم چلند ونه کړي.

۱۲. ځکه چې مور او پلار يې اصلي لامل نه پلټي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې (د ماشوم مه راولئ) جمله د واده له کارته لرې کړو؟

۱. ځکه چې ماشوم په دې غونډو کې د ګډون هیله لري.
۲. ځکه چې دا جمله د ماشوم په باور منفي اغېز کوي.
۳. ځکه چې ماشوم په کور کې یوازې نشي پاتې کېدی.
٤. ځکه چې ماشوم دا احساسوي چې بې ارزښته دی.
۵. ځکه چې دا احساس کوي چې پام نه ورته کېږي.
٦. ځکه چې نه ګډون یې په اړیکو منفي اغېزه کوي.
۷. ځکه چې د جملې په لیدو سره د کمې احساس کوي.
۸. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور باندې بد اغېز کوي.
۹. ځکه چې ماشومان له ودونو سره ډېره مینه کوي.
۱۰. ځکه چې ماشومان په ځان ځورونه اخته کولی شي.
۱۱. ځکه چې که دا جمله وویني ځان د نورو د اوږو بار ګڼي.
۱۲. ځکه چې دا کار ماشومان منزوي او ګوښه کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشوم سره مرسته وکړو ترڅو خپله وېره له مينځه يوسي؟

۱. ځکه د ماشوم په لويېدو سره وېره هم لويېږي.

۲. ځکه د وېرې شتون د ماشوم پر ځان باور کموي.

۳. ځکه زړور ماشومان نوښتګر او خلاق وي.

٤. ځکه د وېرې نه شتون ماشوم ته د ارزښت حس ورکوي.

۵. ځکه له دې لارې کولی شي خپلو غوښتنو ته ورسيږي.

٦. ځکه ماشوم زده کوي چې هر څه د کنټرول وړ دي.

۷. ځکه ماشوم زده کوي چې څنګه خپله وېره مديريت کړي.

۸. ځکه ښايي د کور لويانو وېره مينځ ته راوړې وي.

۹. ځکه ماشوم درک کوي چې دا احساس يې عادي دی.

۱۰. ځکه د روزنې روغه، سالمه او معياري لاره ده.

۱۱. ځکه وېره په ماشومانو کې د خوب ستونزې مينځ ته راوړي.

۱۲. ځکه ماشومان په لږه کچه کولی شي خپله وېره راکمه کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته جنسي ځوروونه ورکول کېږي؟

۱. ځکه چې د جنسي مسایلو په اړوند پوره نه پوهيږي.
۲. ځکه چې ډېرى کورنۍ دې ته ارزښت نه ورکوي.
۳. ځکه چې د ماشوم ملګري او ملګرتياوې نه څارو.
٤. ځکه چې ماشوم ته مو اړونده روزنه نه ده ورکړې.
۵. ځکه چې کورنۍ يې له ناسمو پايلو خبرې ندي.
٦. ځکه چې د ماشوم خبرو ته مو غوږ نه دى نيولى.
۷. ځکه چې ماشوم ته مو ځان ژغورنه نه ده ورښولې.
۸. ځکه چې ځيني کورنۍ جنسي زده کړه شرم ګڼي.
۹. ځکه چې کورنۍ خپل ماشومان يوازې پرېږدي.
۱۰. ځکه چې د ماشومانو انټرنټ کارول نه څارو.
۱۱. ځکه چې په افغانستان کې يې حقونو ته پام نه کېږي.
۱۲. ځکه چې ډېرى کورنۍ د ماشومانو لپاره ښه ملګري نه دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې خپل ماشوم ته ارزښت ورکړو؟

۱. ځکه چې ماشومان دې ته اړتیا لري چې ارزښت ورکړل شي.
۲. ځکه چې د ارزښتمندۍ حس په ماشوم کې د نوښت لامل ګرځي.
۳. ځکه چې پرته له دې په نورو ماشومانو او وګړو پورې تړل کیږي.
٤. ځکه چې که ارزښت ورنه کړو ګوښه او وروسته پاتې کیږي.
۵. ځکه چې که ماشوم ته ارزښت ورنه کړو ناوړه پايلې به ولري.
٦. ځکه چې ښايي پرته له دې ورته د ځان کمۍ احساس پیدا شي.
۷. ځکه چې ماشوم ته ارزښت نه ورکول د ماشوم خپګان لامل ګرځي.
۸. ځکه چې د نورو وګړو په اړه به منفي انځور او باور پیدا کړي.
۹. ځکه چې ماشوم ته ارزښت ورکول ماشوم په ارزښت پوهوي.
۱۰. ځکه چې که ماشومانو ته ارزښت ورکړل شي ټولنيز کیږي.
۱۱. ځکه چې په دې سره به ماشومانو کې د زړه خواله حس لوړ شي.
۱۲. ځکه چې ماشومانو ته ارزښت ورکول د ماشومانو یو حق دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان بدخویه کېږي؟

۱. ځکه چې مور او پلار له ماشوم سره سم چلند نه کوي.
۲. ځکه چې د ماشوم هيلې او غوښتنې سمې نه پوره کېږي.
۳. ځکه چې ماشوم ته د اړتياو وړ وسايل نه برابرېږي.
٤. ځکه چې ماشوم ته مو ځانګړی پروګرام نه دی جوړ کړی.
۵. ځکه چې په ښوونه کې مو له هغه سره مرسته نه ده کړې.
٦. ځکه چې له سمو روزنيزو لارو څخه مو کار نه دی اخيستی.
۷. ځکه چې د ودې له پړاونو څخه بې خبره مور او پلار يو.
۸. ځکه چې له ماشوم سره مو اړيکې د مهربانۍ له مخې نه دي.
۹. ځکه چې د کور لويان هم له ماشومانو سره بد چلند کوي.
۱۰. ځکه چې ماشوم سره مينه محبت او ورته درناوی نه کېږي.
۱۱. ځکه چې د ماشوم د بد چلند اصلي لامل نه دی پلټل شوی.
۱۲. ځکه چې لويان له ارواپوهانو څخه مرسته نه غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ماشوم ښه ذهن نه لري؟

۱. ځکه چې د ماشوم د ودې ټولو اړخونو ته پاملرنه نه کوو.

۲. ځکه چې ماشوم مو د لوبو سرته رسولو ته نه دی پرېښی.

۳. ځکه چې د ماشوم په سالمه تغذیه کې مو هڅه نه ده کړې.

٤. ځکه چې له خپل ماشوم څخه مو سمه ساتنه نه ده کړې.

۵. ځکه چې په ځیر مو نه ده پلټلې چې ستونزه یې څه ده.

٦. ځکه چې کېدای شي د ډاکټر له نسخې پرته دوا کاروي.

۷. ځکه چې ماشوم ته مو سم چاپېریال نه دی برابر کړی.

۸. ځکه چې د ذهني ودې سمې لارې چارې مو نه دي کارولې.

۹. ځکه چې تل مو ماشوم له نورو ماشومانو سره پرتله کړی.

۱۰. ځکه چې ماشومان مو نه هڅولی دی او نه هم ستایلی.

۱۱. ځکه چې تل مو په فشارونو سره د ماشوم ذهن ځورولی.

۱۲. ځکه چې د ماشوم د ذهني ودې په اړوند معلومات نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د محرومیت او کمي احساس کوي؟

۱. څکه چې مور او پلار د ماشومانو تر مینځ توپیر کوي.
۲. څکه چې مور او پلار ماشومانو ته ارزښت نه ورکوي.
۳. څکه چې کورنۍ خپلو ماشومانو ته درناوی نه کوي.
٤. څکه چې له ماشوم سره په تاوتریخوالي چلند کېږي.
۵. څکه چې ښايي مور او پلار يې سره جلا شوي وي.
٦. څکه چې ماشوم مو په کافي کچه مینه نه ده لیدلې.
۷. څکه چې د ماشوم غوښتنو ته پوره پام نه دی شوی.
۸. څکه چې له بده مرغه افغاني کورنۍ بېوزله شوې دي.
۹. څکه چې کورنۍ ډېرې هیلې او غوښتنې ورنه کوي.
۱۰. څکه چې ډېری په لویو او گڼو کورنیو کې ژوند کوي.
۱۱. څکه چې کېدای شي د کورنۍ کوم غړی يې مړ شوی وي.
۱۲. څکه چې د کور د لویانو له مهربانۍ نه بې برخې دی.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ډېرى نجونو اړيکې له پلار سره ښې وي؟

۱. ځکه چې پلرونه خپلو لوڼو ته ښېځي ډېره مينه ورکوي.

۲. ځکه چې پلرونه د لوڼو لپاره د ملاتړ ښې سرچينې دي.

۳. ځکه چې له مخالف جنس سره مينه يوه فطري ځانګړنه ده.

٤. ځکه چې مال او شتمني ډېر ځله د پلرونو په لاس کې وي.

۵. ځکه چې د پلار ونډه او اغېزه په لويه کچه شتون لري.

٦. ځکه چې پلار له هر څه ډېر لور ته د امنيت احساس ورکوي.

۷. ځکه چې ډېر ځله پلرونه د لوڼو خبرو ته ښه غوږ نيسي.

۸. ځکه چې ښايي پلرونه ډېر ځله د لوڼو اندونه نظرونه تاييدوي.

۹. ځکه چې کېداى شي پلار يې له مور سره ښه اړيکې ولري.

۱۰. ځکه پلرونه منظم خلك خوښوي او نجونې منظمې وي.

۱۱. ځکه چې ډېرى پلرونه له لوڼو سره ډېره مرسته او مينه کوي.

۱۲. ځکه چې ډېرى نجونې پر خپلو پلرونو باندې مهربانه وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان په ډېره سختۍ ویده کېږي؟

۱. ځکه چې ښايي د لويانو له لوري رټل شوي وي.
۲. ځکه چې ښايي د ورځې له خوا به ډېر ويده کېږي.
۳. ځکه چې کېدای شي کومه جسمي ستونزه به لري.
٤. ځکه چې ستونزه لري او حواس يې ټول نه دي.
۵. ځکه چې کينه لري او په ځان باور يې ډېر کم دی.
٦. ځکه چې د ورځې په لړ کې ډېر فعاليت کوي.
۷. ځکه چې مور او پلار يې خوب ته منظم پلان نه لري.
۸. ځکه چې ښايي زموږ ماشوم جنسي ځورېدلی وي.
۹. ځکه چې بد خوبونه ويني او له وېرې نه ويده کېږي.
۱۰. ځکه چې کېدای شي په تلويزيون او مبايل روږدي وي.
۱۱. ځکه چې ښايي وږي شوي وي (له دوه کلنو کښته).
۱۲. ځکه چې په وړکتون يا ښوونځي کې به ستونزه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ټکنالوژيکي وسايلو څخه لرې کړو؟

۱. څکه چې ماشومان په ذهني او اروايي ستونزو اخته کوي.
۲. څکه چې د ماشومانو د چاغښت او تنبلۍ لوی لامل ګرځي.
۳. څکه چې د ماشومانو د لغاتو د زېرمې د کمښدو لامل ګرځي.
٤. څکه چې ښايي ټولنيز مهارتونه زده او عملي نه شي کړی.
۵. څکه چې د ماشومانو د الکترونيکي روږدتيا لامل ګرځي.
٦. څکه چې د بلوغ پر مهال د ماشوم پر وده منفي اغېز لري.
۷. څکه چې د ماشوم د نوښتګرۍ وړتيا ته لوی زيان رسوي.
۸. څکه چې په ماشوم کې د وېرې او ذهني فشار لامل ګرځي.
۹. څکه چې په ماشومانو کې د خوب د ګډوډيو لامل ګرځي.
۱۰. څکه چې د مور او پلار له اړيکو او مينې څخه لرې کيږي.
۱۱. څکه چې د ماشوم په سترګو او ذهن منفي اغېزه کوي.
۱۲. څکه چې ماشومانو ته د درسي ستونزو او رېړو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته د ستونزو حل مهارت ور زده کړو؟

۱. ځکه چې د ماشوم له ښې ذهني ودې سره ډېره مرسته کوي.
۲. ځکه چې د ماشومانو د نوښتگرۍ او خوښۍ لامل گرځي.
۳. ځکه چې په ځان پورې اړوندو مسايلو د حل وړتيا پيدا کوي.
٤. ځکه چې د ستونزو پر وړاندې به د خواشينۍ احساس ونه کړي.
۵. ځکه چې د ستونزو حل مهارت لرل د باهوښه کسانو نښه ده.
٦. ځکه چې د ستونزو د حل مهارت ماشومان خپلواکه روزي.
۷. ځکه چې ماشومان نه پوهيږي د ستونزو پر مهال څه وکړي.
۸. ځکه چې د ستونزو حل مهارت د اروايي انډول لامل گرځي.
۹. ځکه چې د ماشومانو په ځان باور لوړولو کې ډېره مرسته کوي.
۱۰. ځکه چې د ځان خبرتيا، خپلواکۍ او په ځان بسياينې لامل گرځي.
۱۱. ځکه چې د عقل، استدلال او فکرونو په وده کې يې مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې د غم او ستونزو پر وړاندې مقابله کې مرسته کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته ناسم لومونه وانه اخلو؟

١. ځکه چې بد نومونه د ماشوم اروايي حالت ته زيان رسوي.
٢. ځکه چې ماشوم به هم د بدو نومونو په اخيستلو عادت شي.
٣. ځکه چې بد نومونه ماشوم ته د ځان کمۍ احساس ورکوي.
٤. ځکه چې ماشوم به مو بيا بده ژبه کاروي او بد چلند به کوي.
٥. ځکه چې ماشوم به مو بيا خپلې وړتياوې سمې نشي ښودلی.
٦. ځکه چې د ماشوم د ګوښه توب او بې زړه توب لامل ګرځي.
٧. ځکه چې ماشوم به مو بيا د کورنۍ غړو ته درناوی نه کوي.
٨. ځکه چې په نورو باندې د ماشوم د بې باورۍ لامل ګرځي.
٩. ځکه چې له ماشوم نه به ډارن او وېرېدونکی کس جوړ کړي.
١٠. ځکه چې ټولنيزې او ذهني ودې ته يې لوی زيان رسوي شي.
١١. ځکه چې د ماشوم پر عاطفې او احساساتو بده اغېز کولی شي.
١٢. ځکه چې د مور او پلار او ماشوم پر اړيکو منفي اغېز کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له همزولو سره لوبې کول ماشومانو ته ګټه رسوي؟

۱. ځکه چې له همزولو سره لوبې هغوی ته خوند ورکوي.
۲. ځکه چې د هغوی په شخصیت جوړونه کې ونډه لري.
۳. ځکه چې ټولنیز مهارتونه یې وده او پرمختګ کوي.
٤. ځکه چې له همزولو سره یې اړیکې او چلند رغوي.
۵. ځکه چې په ځان باور لوړولو کې یې مرسته کوي.
٦. ځکه چې په ورځنیو چارو کې یې ونډه ډېرولی شي.
۷. ځکه چې له یو او بل څخه ډېر شیان زده کولی شي.
۸. ځکه چې ماشوم په ډله کې ځان پیاوړی احساسوي.
۹. ځکه چې د ماشوم په هر اړخیزه وده مثبت اغېز کوي.
۱۰. ځکه چې ماشوم فطرتاً له همزولو سره خوشاله وي.
۱۱. ځکه چې له ټولنې سره په جوړجاړي کې مرسته کوي.
۱۲. ځکه چې د اړیکو مهارتونه یې پراخه او رغولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ماشوم له نورو ماشومانو سره پرتله نه کړو؟

۱. ځکه چې په ځان باور یې ټیټ او کمزوری کوي.

۲. ځکه چې د ماشوم د گوښه توب لوی لامل گرځي.

۳. ځکه چې د ماشوم د غوصې او قهر لامل گرځي.

٤. ځکه چې ماشومان ماتې او نه بریا ته چمتو کوي.

۵. ځکه چې ټول ماشومان بېلې بېلې ځانگړنې لري.

٦. ځکه چې په تعصب او کینه کې بیا عادت کوي.

۷. ځکه چې ماشوم له مور او پلار څخه لرې کولی شي.

۸. ځکه چې د هغوی پر سوچونو منفي اغېز کوي.

۹. ځکه چې په ماشوم د فشار راوړلو لامل گرځي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور نور هم ټیټوي.

۱۱. ځکه چې ماشومان ناسالم رقابت ته مجبوروي.

۱۲. ځکه چې د اضطراب او ذهني فشار لامل گرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشومانو لوبو ته وګورو؟

۱. ځکه چې د هغوی پټ هوښ او استعداونه به ومومو.
۲. ځکه چې ښايي ماشوم مو ناوړه لوبې سرته ورسوي.
۳. ځکه چې ډېرى لوبې ماشومانو ته ګټورې او ښې نه دي.
٤. ځکه چې ښايي ماشوم ته نه جبرانېدونکى زيان واړوي.
۵. ځکه چې ماشومان د لويانو مينې او لارښوونې ته اړ دي.
٦. ځکه چې ماشوم په خپله نه پوهېږي چې څه يې په ګټه دي.
۷. ځکه چې ښايي ماشومان د لوبو په اړوند پوښتنې وکړي.
۸. ځکه چې د خپلو ماشومانو ځينو مهارتونو ته مو پام کېږي.
۹. ځکه چې د ماشومانو له احتمالي ستونزو مخنيوى کوي.
۱۰. ځکه چې له ماشوم سانته د هغه په هوسانېه کې ونډه لري.
۱۱. ځکه چې ښايي ماشوم د لوبو له تګلارو سره سم بلد نه وي.
۱۲. ځکه چې لوبه د ماشوم د ودې او بهلارى لوى لامل دى.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځینو ماشومانو حواس تیت وي؟

۱. ځکه چې مور یې تل رټو او سپکوو.
۲. ځکه چې له نورو ماشومانو سره کینه لري.
۳. ځکه چې ډېر سخت کارونه پرې کوو.
٤. ځکه چې په یو وخت کې څو کارونه کوي.
۵. ځکه چې په کور کې توهین او ډبول کېږي.
٦. ځکه چې له بهر چاپېریال نه وېرېږي.
۷. ځکه چې کورنۍ یې هوسا او په کراره نه ده.
۸. ځکه چې له ماشوم نه ډېرې غوښتنې کوو.
۹. ځکه چې خپل ماشوم ته درناوی نه کوو.
۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو ارزښت نه ورکوو.
۱۱. ځکه چې ماشوم مو منظم پروګرام نه لري.
۱۲. ځکه چې د ماشوم ارواپوه ته مراجعه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مو ماشومانو ته انګېزه ورکړو؟

۱. ځکه چې هغوی موخه او انګېزه نه لري.
۲. ځکه چې ژر يې پام بلې خواته اوړي.
۳. ځکه چې ماشومان مو موخې ته رسوي.
٤. ځکه چې د ماشوم د خوښۍ لامل ګرځي.
۵. ځکه چې ماشوم احساس کوي چې مهم دی.
٦. ځکه چې ټول انسانان انګېزې ته اړ دي.
۷. ځکه چې انګېزه د مثبت سوچ لامل ګرځي.
۸. ځکه چې د پلټنې حس يې پياوړی کوي.
۹. ځکه چې په ماشوم کې د نوښت لامل ګرځي.
۱۰. ځکه چې د ماشوم د لا ډېر فعاليت لامل کيږي.
۱۱. ځکه چې وروسته به بيا ښې پرېکړې کوي.
۱۲. ځکه چې د ماشوم د منظم کېدو لامل ګرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته لومړیتوب ورکړو؟

۱. ځکه چې ماشومان پر لویانو ځانګړي حقونه لري.
۲. ځکه چې ماشومان لا ډېرې مهربانۍ ته اړتیا لري.
۳. ځکه چې ماشومان مو غواړي ملاتړ یې وشي.
٤. ځکه چې د ماشومانو پر ځان باور لوړولی شي.
۵. ځکه چې ښه احساس کوي او قدرمن کېږي.
٦. ځکه چې ماشوم مو د ژوند یو لومړیتوب دی.
۷. ځکه چې لومړیتوب مو ماشومانو ته وده ورکوي.
۸. ځکه چې د ماشومانو د لا ډېر فعالیت لامل ګرځي.
۹. ځکه چې ماشوم مو ډېر تکړه او پیاوړی کوي.
۱۰. ځکه چې ماشوم د امن او هوساینې احساس کوي.
۱۱. ځکه چې ماشوم ته لومړیتوب یوه روزنیزه لاره ده.
۱۲. ځکه چې پوه به شي چې مهم او ارزښتمن دی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته یو منظم پروګرام جوړ کړو؟

١. ځکه چې په نظم او وخت پوهېدل زده کوي.
٢. ځکه چې مسوولیت هم مني او هم زده کوي.
٣. ځکه چې ماشوم ذهني تمرکز پیدا کولی شي.
٤. ځکه چې په منظم ډول به کار او تفریح وکړي.
٥. ځکه چې د ماشوم ذهني فشارونه ټیټولی شي.
٦. ځکه چې بیا چارې سمې او ښې سرته رسوي.
٧. ځکه چې ورزش او درسونه به یې منظم شي.
٨. ځکه چې د ماشوم ټولې بوختیاوې نظم پیدا کوي.
٩. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور ډېر لوړیږي.
١٠. ځکه چې هغوی ته اروایي هوساینه ورکولی شي.
١١. ځکه چې ورځې به یې له لاسته راوړنو ډکې وي.
١٢. ځکه چې په راتلونکې کې به یو منظم انسان وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشومانو سره د زړه خواله وکړو؟

۱. څکه چې په دې سره هغوی هم زړه سواندي کېږي.
۲. څکه چې د ټولنيزې ودې په برخه کې مرسته کوي.
۳. څکه چې په دې سره به ډېر مسوولیت منونکي شي.
٤. څکه چې د ريښتينولۍ حس به يې لا ډېره وده وکړي.
۵. څکه چې د ټولنې لپاره به يو ګټور شخص جوړ شي.
٦. څکه چې له اروايي اړخه به سالم او روغ جوړ وي.
۷. څکه چې د ماشومانو د ښې راتلونکې لامل ګرځي.
۸. څکه چې په دې سره به يې هم عمر ښه او ډېر شي.
۹. څکه چې په ماشومانو کې تاوتريخوالی راټيټولي شي.
۱۰. څکه چې د ماشومانو پر ځان باور لوړولی شي.
۱۱. څکه چې کورنی چاپېريال مو خوښ او ګرم ساتي.
۱۲. څکه چې بيا به خپلې وړتياوې په ښه بڼه ورښودلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان وله ګواښو؟

۱. ځکه چې هر ګواښ پر ماشوم باندې ډېره بده اغېزه کوي.
۲. ځکه چې ماشومان مو ډارن، وسواسي او بې زړه کېږي.
۳. ځکه چې زموږ او ماشوم تر مینځ اړیکې له مینځه وړي.
٤. ځکه چې د ماشومانو پرځان باور ته ډېر زیان رسولی شي.
٥. ځکه چې ټولنې ته به یو ناروغ شخص وړاندې کړی شي.
٦. ځکه چې د ماشوم د زده کړو او ذهني ستونزو لامل ګرځي.
۷. ځکه چې په دې سره به ماشوم نور ماشومان هم وګواښي.
۸. ځکه چې له ژوند سره به مو د ماشومانو لېوالتیا راکمه کړي.
۹. ځکه چې ماشومان مو وېرېږي او ګوښه والی غوره کوي.
۱۰. ځکه چې ماشوم ځان کم ګڼي او راتلونکي ته اندېښمن کېږي.
۱۱. ځکه چې نا کراره به شي او بیا به په چا باندې باور نه کوي.
۱۲. ځکه چې د ماشوم ټولنیزو اړیکو ته ډېر زیان رسولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان جرم ته لاس اچوي؟

١. ځکه چې پام کول غواړي او مور ورته پوره پام نه کوو.
٢. ځکه چې غواړي د هرې پېښې له دننه څخه خبر شي.
٣. ځکه چې کله ناکله ماشومانو ته جرم بوختیا ښکارېږي.
٤. ځکه چې د ماشوم د لوبو وسایل د هغه په سطحه نه دي.
٥. ځکه چې ډېرځله ماشومان غواړي نوې تجربې زده کړي.
٦. ځکه چې د کورنۍ له غړو سره یې اړیکې روغې نه دي.
٧. ځکه چې له عاطفي اړخه یې زیان لیدلی او جرم کوي.
٨. ځکه چې مور او پلار ماشومانو ته سمه روزنه نه ورکوي.
٩. ځکه چې مور او پلار له علمي او مسلکي لارو کار نه اخلي.
١٠. ځکه چې ښایي ماشوم ذهني وروسته پاتې والی ولري.
١١. ځکه چې فکر کوي په ناوړه چلند د نورو پام را اړولی شي.
١٢. ځکه چې له زېږون وړاندې او وروسته پام نه دی ورته شوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان ښه او بد نه پېژني؟

۱. ځکه چې لويانو نه دي ورښوولي چې ښه او بد څه دي.
۲. ځکه چې له ارزښتونو اړخه د ماشوم ذهن وده نه ده کړې.
۳. ځکه چې د ماشوم عاطفي ودې ته ځانګړې پام نه کوو.
٤. ځکه چې مور او پلار په خپله هم په ښه او بد نه پوهېږي.
۵. ځکه چې د ژوند لپاره يې مهارتونه نه دي زده کړي.
٦. ځکه چې ماشوم مو ژوند په سمه توګه نه دی پېژندلی.
۷. ځکه چې د ښو او بدو ورښوولو کې مو هڅه نه ده کړې.
۸. ځکه چې په ژوند کې ښه او بد ته ارزښت نه ورکوو.
۹. ځکه چې ډېرې ماشومان تر سختو بنديزونو لاندې دي.
۱۰. ځکه چې ذهنونه يې له هر ډول احساساتو څخه ډک وي.
۱۱. ځکه چې په ژوند کې يې د ښو او بدو نمونه نه ده ليدلې.
۱۲. ځکه چې پرې پوهېږي، خو کله ناکله بې صبري کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان هېڅ نه وېرېږي؟

۱. ځکه چې مور او پلار يې ملنډې نه دي پرې وهلې.
۲. ځکه چې مور او پلار يې خپل حساسيتونه کم کړي.
۳. ځکه چې د ماشومانو پر وړاندې پر ډار نيوکه شوې.
٤. ځکه چې تر اوسه په ډېرې واقعيتونو نه پوهيږي.
۵. ځکه چې د مور او پلار له خوا ډېول شوي نه دي.
٦. ځکه چې کورنۍ، ملګري او فکرونه يې مثبت دي.
۷. ځکه چې ډېرې ماشومان له فکر پرته عمل کوي.
۸. ځکه چې کورنيو يې تل ښو مهارتونو ته هڅولي.
۹. ځکه چې مور او پلار يې د پېريانو کيسې نه کوي.
۱۰. ځکه چې ماشومان ذاتاً بې پامه دي او عمل کوي.
۱۱. ځکه چې وېروونکې پېښې ورته تشرېح شوي دي.
۱۲. ځکه چې کبداى شي زړور مور او پلار يې لرلي وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان مېلمستیا ته بوځو؟

۱. ځکه چې د ماشوم ټولنیزو اړیکو سره مرسته کوي.
۲. ځکه چې ماشوم به مو د مېلمستیا پر قوانینو پوه شي.
۳. ځکه چې له ماشوم سره مرسته کوو ترڅو مثبت شي.
٤. ځکه چې مېلمستیا ته تلل ماشوم ته یوه مثبته بوختیا ده.
۵. ځکه چې ښه چلند ډېر ځله په مېلمستیا کې زده کوي.
٦. ځکه چې د ماشوم ډېرې پوښتنې به بیا هلته حل شي.
۷. ځکه چې د خوښ ژوند لپاره ښې بېلګې موندی شي.
۸. ځکه چې ښایي مېلمستیا کې د نورو له خوا وهڅول شي.
۹. ځکه دا زده کوي چې له کومو کسانو سره اړیکې وساتي.
۱۰. ځکه چې ماشومان له ذهني او عاطفي اړخه سمبالېږي.
۱۱. ځکه چې له بېلابېلو دودونو او رواجو نو سره بلدېږي.
۱۲. ځکه چې د کوربه توب اصول به په ښه توګه زده کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان وله رټو؟

۱. ځکه چې پر ځان باور ته يې لوی زيان اړوي.
۲. ځکه چې د ماشوم ودې ته لويه صدمه رسوي.
۳. ځکه چې پر مور د ماشوم باور له مينځه وړي.
٤. ځکه چې له کورنۍ نه يې د لرېوالي لامل ګرځي.
٥. ځکه چې ماشوم په رټلو نور هم ورانکاری کېږي.
٦. ځکه چې په درس او لوست کې ستونزې پيدا کوي.
۷. ځکه چې رټنې، د ماشوم نوښتګري له مينځه وړي.
۸. ځکه چې رټنې ماشومان ګوښه او خپه کولی شي.
۹. ځکه چې ځان کم احساسوی او ګوښې ته کيږی.
۱۰. ځکه چې که ماشوم ورټو هغه هم نور کسان رټي.
۱۱. ځکه چې ښايي ماشوم ته اظطراب او خپګان پيدا شي.
۱۲. ځکه چې ښايي له کوره د ماشوم د تېښتې لامل شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته له کچې ډېره آزادي ورنه کړو؟

۱. ځکه چې د نورو په حریم باندې به تېری وکړي.
۲. ځکه چې د ماشومانو غوښتنې به ډېرې لوړې شي.
۳. ځکه چې تل به غواړي اطاعت او پیروي یې وشي.
٤. ځکه چې د خلاقیت او نوښت هڅه به ونه کړي.
۵. ځکه چې د ماشوم آزادي د هغه عواطف زیانمنوي.
٦. ځکه چې په دې سره ماشومان هم خواشیني کېږي.
۷. ځکه چې کېدای شي ځان بې ارزښته احساس کړي.
۸. ځکه چې ډېره آزادي د ماشوم د تنبلۍ لامل ګرځي.
۹. ځکه چې درسي چارې به په سم ډول سرته نه رسوي.
۱۰. ځکه چې ډېره آزادي یې غوښتنې ډېرې پورته بیایي.
۱۱. ځکه چې پر ټولنه حاکم اصول او قوانین به مات کړي.
۱۲. ځکه چې د ژوند له سختو ورځو سره به سم بلد نه شي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د مور او پلار له طلاق وروسته ماشوم ارواپوه ته وړولو؟

١. څکه چې مور او پلار په خپلو ستونزو کې اخته کېږي.
٢. څکه چې ډېرځله ماشومان د بېلتون لامل خپل ځان ګڼي.
٣. څکه چې طلاق ماشوم ته د کمۍ احساس پیدا کوي شي.
٤. څکه چې ماشوم زیان ویني او په ذهني فشار اخته کېږي.
٥. څکه چې ډېرځله ماشومان د ژورخپګان یوه پړاو ته ځي.
٦. څکه چې مور او پلار دواړه د ماشوم خپلولو غوښتنه کوي.
٧. څکه چې د مور او پلار د بېلتون زغمل ورته ستونزمن وي.
٨. څکه چې دا پرېکړه نشي کولی چې له چا سره پاتې شي.
٩. څکه چې ډېرځله د داسې ستونزو د تحلیل وړتیا نه لري.
١٠. څکه چې ښایي د اړیکو او زده کړو مخنیوی یې وکړي.
١١. څکه چې د بېلابېلو اروايي ګډوډيو تر ګواښ لاندې وي.
١٢. څکه چې مور او پلار په داسې حالت کې مرسته نشي کوی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان پر تکنالوژۍ له روږدتیا څخه وژغورو؟

۱. څکه چې ښايي ماشومان له حرکې پلوه وده ونه کړي.
۲. څکه چې ماشومان له درسي پروګرامونو لرې ساتي.
۳. څکه چې د شخصیت ټول اړخونه یې وده نشي کولی.
٤. څکه چې ماشوم د تمرکز او هېرېدو ستونزه پیدا کوي.
٥. څکه چې د ټکنالوژۍ ډېر زیانونه لا هم پټ پاتي دي.
٦. څکه چې ټولنيزې اړیکې یې له ستونزو سره مخ کوي.
٧. څکه چې وروسته بیا د دې عادت پرېښودل سختېږي.
٨. څکه چې له نورو ګټورو لوبو څخه یې لرې ساتي.
٩. څکه چې دا روږدتیا د ډېرو ذهني ګډوډیو لامل ګرځي.
۱۰. څکه چې کېدای شي ورانکاري، بد ژبي او بد خوري شي.
۱۱. څکه چې ماشوم د ښو کارو لړولو په ستونزه اخته کوي.
۱۲. څکه چې په ماشومانو کې د خوب ستونزې پیدا کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم په مطالعه عادت کړو؟

۱. ځکه چې د ماشوم د لغاتو زېرمه لوړوي.

۲. ځکه چې ماشوم مو ډېر شیان زده کوي.

۳. ځکه چې د ماشوم مالومات تازه کېږي.

٤. ځکه چې په مطالعه باندې عادت کېږي.

۵. ځکه چې د بریا موقع په لاس ورځي.

٦. ځکه چې د ژوند ښه نمونه ټاکلی شي.

۷. ځکه چې مطالعه د انسان عمر ډېروي.

۸. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور لوړوي.

۹. ځکه چې مطالعه ماشوم ته خوند ورکوي.

۱۰. ځکه چې ماشوم مینه ناک او صمیمي کوي.

۱۱. ځکه چې ډېر زیات مهارتونه به زده کړي.

۱۲. ځکه چې مطالعه د ژوند یوه اړتیا بلل کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان په کورنۍ دنده کې تنبلي کوي؟

۱. ځکه چې ماشوم مو منظم درسي پروګرام نه لري.
۲. ځکه چې د ماشوم له ښوونکي مرسته نه غواړو.
۳. ځکه چې په کورنۍ دنده کې مرسته نه ورسره کوو.
٤. ځکه چې په نورو کارونو او چارو مو بوخت کړی.
۵. ځکه چې ټوله ورځ درس وايي او تفريح نه کوي.
٦. ځکه چې د لوست او تفريح وخت يې نه دی بېل.
۷. ځکه چې موږ له بېلابېلو لارو څخه ګټه نه اخلو.
۸. ځکه چې کله کله هغه ته ډالۍ په پام کې نه نيسو.
۹. ځکه چې تل مو پر ماشوم باندې فشارونه راوړي.
۱۰. ځکه چې عاطفي ستونزو ته يې نه شو رسېدلی.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ فضا مو هوسا او خوښه نه ده.
۱۲. ځکه چې په دې اړوند له ارواپوه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته له ژوو سره اړیکې ورزده کړو؟

۱. ځکه چې انسانان هرکله له ژوو سره په اړیکه کې وي.
۲. ځکه چې له ماشوم سره مرسته او همکاري کولی شي.
۳. ځکه چې د رحم او مهربانۍ روحیه یې وده کولی شي.
٤. ځکه چې د ژوو ځورونې او وژنو کچه به کمه شي.
۵. ځکه چې له ژوو سره د عادت د مخنیوی لامل ګرځي.
٦. ځکه چې له ژوو سره د ناوړه چلند څخه مخنیوی کوي.
۷. ځکه چې له ژوو سره به د یو ژوندي په څېر چلند وکړي.
۸. ځکه چې د ژوو له جنګولو څخه په مو مخنیوی کړی وي.
۹. ځکه چې تاوتریخوالی او سادیستیکي کړنې به ونه کړي.
۱۰. ځکه چې وروسته به د ژوو له جنګولو نه خوند نه اخلي.
۱۱. ځکه چې په ذهن کې یې له ژوو څخه وېره له منځه ځي.
۱۲. ځکه چې د ژوو په اړوند به څېړنې او تحقیق پیل کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له عسکري جامو سره علاقه پیدا کوي؟

۱. ځکه چې کله ناکله مور خپله عسکري جامې اغوندو.
۲. ځکه چې ډېرې مشهورې جامې عسکري رنګ لري.
۳. ځکه چې ښايي مور او پلار يې عسکري دنده ولري.
٤. ځکه چې په ډېرې فلمونو کې مرکزي ونډه نظامي وي.
۵. ځکه چې ماشومان د ځانګړي ژوند غوښتونکي دي.
٦. ځکه چې د جامو په ټاکنه کې مو نظر نه دی غوښتی.
۷. ځکه چې ماشوم ته مو نه ده ښودلې هره دنده جامې لري.
۸. ځکه چې تل مو ماشوم ته نظامي اتلان ورپېژندلي دي.
۹. ځکه چې د ښار شاوخوا نظامي انځورونه لګول شوي.
۱۰. ځکه چې بازار کې نظامي جامې ډېرې پيدا کېدای شي.
۱۱. ځکه چې د ماشوم ډېرې ملګرې نظامي جامې اغوندي.
۱۲. ځکه چې د ماشومانو لپاره د جامو ښې بېلګې نه لرو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ډېرې غوښتنې کوي؟

۱. ځکه چې له خپل ماشوم څخه مو ډېره پیروي کړې.
۲. ځکه چې له کچنۍ ډېره مرسته مو ورسره کړې.
۳. ځکه چې ددې ټولو کارونو لامل مور، مور او پلار یو.
٤. ځکه چې د کورنۍ ټول غړي ماشوم ته ډېر پام کوي.
۵. ځکه چې تل ماشومان له خپل ځان سره پرتله کوو.
٦. ځکه چې تل ماشومانو ته وخت نه؛ بلکې بډې ورکوو.
۷. ځکه چې کله کله ماشوم له ملګرو نه هم پېښې کوي.
۸. ځکه چې مور، د ماشوم پرځای غوښتنې نه پوره کوو.
۹. ځکه چې ماشوم هر څه ویلي، مور، ورته اخیستي دي.
۱۰. ځکه چې په خپله ماشوم هم غوښتنې لوړې کړي دي.
۱۱. ځکه چې په دې اړوند یې له ښوونکي مرسته نه غواړو.
۱۲. ځکه چې ماشوم مو مسوولیت منونکی نه دی روزلی.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان خپلې ستونزې چاته نه وايي؟

١. ځکه چې ښايي له لويانو څخه ډېره وېره ولري.
٢. ځکه چې دا ماشومان په ځان پوره باور نه لري.
٣. ځکه چې څوک يې ستونزو ته پوره پام نه کوي.
٤. ځکه چې ښايي پخوا مو ستونزه نه وي حل کړې.
٥. ځکه چې ډېرى کورنۍ ماشومان نه درک کوي.
٦. ځکه چې ډېرى د ستونزو له ويلو څخه شرميږي.
٧. ځکه چې فکر کوي څوک به يې درک نه کړي.
٨. ځکه نور کسان يې وېروي چې خبرې ونه کړي.
٩. ځکه چې پخوا هم په همدې ډول کار رټل شوي.
١٠. ځکه چې د ماشوم ستونزو ته ارزښت نه ورکوو.
١١. ځکه چې له ماشوم سره مو روغې اړيکې نه لرو.
١٢. ځکه چې سوچ کوو ستونزه يې حل لاره نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ځينو ماشومانو استعداد وده نه کوي؟

۱. ځکه چې له زېږون څخه سمه پاملرنه نه ورته کېږي.
۲. ځکه چې له ماشومانو نه مو اړين ملاتړ نه دی کړی.
۳. ځکه چې د ماشوم د ودې له پړاوونو څخه خبر نه یو.
٤. ځکه چې د ماشوم عاطفي اړتیاوو ته پاملرنه نه کوو.
٥. ځکه چې د تشخيص په موخه يې ارواپوه ته نه ورولو.
٦. ځکه چې د ماشومانو د استعداد په اړه مطالعه نه لرو.
۷. ځکه چې ماشومانو ته ځانګړې زده کړې نه ورکوو.
۸. ځکه چې ډېرځله د ماشوم خبرو ته سم غوږ نه نیسو.
۹. ځکه چې ماشوم ته منظم درسي پروګرام نه جوړوو.
۱۰. ځکه چې ماشوم نه ننګوو تر څو لا نوره هڅه وکړي.
۱۱. ځکه چې د ماشومانو مسوولیتونه موږ سرته رسوو.
۱۲. ځکه چې د ماشوم استعداد او لېوالتیا سمه نه پېژنو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشوم په نومولو کې ډېر غور وکړو؟

۱. څکه چې نوم د ماشوم د شخصیت یو لوی اړخ جوړوي.
۲. څکه چې نوم د ماشوم پر ځان باور سره ښغه اړیکه لري.
۳. څکه چې ماشوم په ډله کې، د ځان باوري احساس کوي.
٤. څکه چې ماشوم له مانا لرونکي نوم سره ډېره وده کوي.
۵. څکه چې د ماشوم نوم د درناوي او مینې لامل کېدی شي.
٦. څکه چې نوم آن له جرمونو څخه د مخنیوي لامل گرځي.
۷. څکه چې ښه نوم د ماشوم حق دی او دا باید ورکړل شي.
۸. څکه چې بد نوم ماشوم ته ټولنیزې ستونزې پیدا کولی شي.
۹. څکه چې نوم د ماشوم د مینې، نوښت او خوښۍ لامل دی.
۱۰. څکه چې له اروایي اړخه ماشوم ته ښه احساس ورکولی شي.
۱۱. څکه چې نوم یا ماشوم ته وده ورکوی شي یا یې مخه نیسي.
۱۲. څکه چې نوم آن د ماشومانو په لېوالتیا هم اغېز کولی شي.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان وهڅوو تر څو سپورټ وکړي؟

۱. ځکه چې د بدن اضافه انرژي مصرف کولی شي.

۲. ځکه چې خوشاله، پیاوړی او خوښ ژوند به لري.

۳. ځکه چې د ماشوم غړو ته ډېره ښه وده ورکوي.

٤. ځکه چې د ماشوم پرځان باور سره مرسته کوي.

۵. ځکه چې د ماشومانو د بدن مقاومت لوړولي شي.

٦. ځکه چې د ماشوم له ذهني ودې سره مرسته کوي.

۷. ځکه چې د ماشومانو ذهني فشار راکمولی شي.

۸. ځکه چې ماشوم له آزاد فعالیت څخه خوند اخلي.

۹. ځکه چې سپورټ ماشومان درس ته چمتو کوي.

۱۰. ځکه چې د ماشوم د گروپي کار روحیه ډېروي.

۱۱. ځکه چې سپورټ د جسمي ودې مرستندوی دی.

۱۲. ځکه چې د ماشومانو سپورټ کول ډېر خوښیږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ډېر چاغیږي؟

۱. ځکه چې د ورځې ۵ تر۶ ځله قوي خواړه خوري.
۲. ځکه چې خواږه او غوړ له اندازې ډېر خوري.
۳. ځکه چې له کوره بهر او تیار خواړه مصروفوي.
٤. ځکه چې خواړه د ماشوم په خوښه نه چمتو کوو.
۵. ځکه چې خواړه په نویو بڼو باندې نه چمتو کوو.
٦. ځکه چې ماشوم ته ۴۰ سلنه خواړه باید سابه وي.
۷. ځکه چې په ورځ کې دوه ځله مېوه نه ورکوو.
۸. ځکه چې د ډېر وزن د زیان په اړه نه پوهېږوو.
۹. ځکه چې سپورټ په مهالویش کې نه ور شاملوو.
۱۰. ځکه چې ماشوم ته فیبر لرونکي خواړه نه ورکوو.
۱۱. ځکه چې په دې اړوند له ډاکټر څخه مرسته نه غواړو.
۱۲. ځکه چې ماشوم ته مو وړې وړې ګولې نه ورکوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ټکنالوژۍ سره ډېره علاقه لري؟

۱. ځکه چې هغوی دا شیان د بوختیا لوی وسایل ګڼي.
۲. ځکه چې د لوبو کولو لپاره یې بهر ته نه پرېږدو.
۳. ځکه چې نوي او جالب رنګونه او غږونه لري.
٤. ځکه چې غواړي له خپل چاپېریال نه لرې شي.
۵. ځکه چې ماشوم پرې روږدی او تړل شوی دی.
٦. ځکه چې د کورنۍ له نورو غړو څخه پېښې کوي.
۷. ځکه چې فکر کوي د وخت تېرولو بله لاره ده.
۸. ځکه چې د کورنۍ له اصولو څخه پیروي نه کوي.
۹. ځکه چې له اروايي اړخه زیان ویني او نه پوهېږي.
۱۰. ځکه چې مغز ته یې زیان اړوي، خو نه پوهېږي.
۱۱. ځکه چې مورو پلار ماشومانو ته وخت نه ورکوي.
۱۲. ځکه چې مورو پلار له ماشومانو سره لږ مینه کوي.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان خبرو ته غوږ نه نیسي؟

۱. ځکه چې مور افراطي د هغه خبرو ته غوږ نیولی.
۲. ځکه چې ښايي له خپل مور او پلار څخه پېښې کوي.
۳. ځکه چې ماشوم ته د خبرو پوره وخت نه ورکوو.
٤. ځکه چې غواړي مور او پلار يې پاملرنه ورته وکړي.
۵. ځکه چې ښايي مور او پلار په ماشوم چغې وروهي.
٦. ځکه چې ښايي کومه ځانګړې اروايي ستونزه ولري.
۷. ځکه چې مور او پلار يې ډېر رټي، وهي او سپکوي.
۸. ځکه چې ښه او مناسب الفاظ مو نه دي ورته کارولي.
۹. ځکه چې کله کله د کينې له امله داسې کانې کوي.
۱۰. ځکه چې د ماشوم خبرو ته مو ډېر پام نه دی کړی.
۱۱. ځکه چې د ماشومانو له ښوونکو مرسته نه غواړو.
۱۲. ځکه چې د ستونزې په اصلي حل يې فکر نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له خپلو وسایلو ساتنه نه کوي؟

۱. ځکه چې ماشومان تر اوسه په دې اړوند سم نه دي پوه شوي.
۲. ځکه چې مور او پلار هم د کورنۍ له وسایلو سمه ساتنه نه کوي.
۳. ځکه چې دا ستونزه په ډېری ماشومانو کې شته او باید ویې منو.
٤. ځکه چې ماشوم ته مو له خپلو وسایلو ساتنه نه ده ور زده کړې.
۵. ځکه چې مورږ ډېرځله وسایلو ته له ماشومه ډېر ارزښت ورکوو.
٦. ځکه چې ماشوم نه پرېږدو تر څو د خپلو وسایلو په قدر پوه شي.
۷. ځکه چې ماشوم نه پوهېږي چې څه د څه لپاره او څنګه وکاروي.
۸. ځکه چې ماشوم ته مو د نظم او ساتنې په اړه څه نه دي ورښولي.
۹. ځکه چې ماشوم مو خپله نه دی پرېښی چې دا ستونزه درک کړي.
۱۰. ځکه چې په دې اړه مو د ماشوم له ښوونکي مرسته نه ده غوښتې.
۱۱. ځکه چې ډېرځله مو له ماشوم سره د مرستې پر ځای نصیحت کړی.
۱۲. ځکه چې نه مو دي ورته ویلي چې دا وسایل یواځې ستا لپاره دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته وسواس پیدا کېږي؟

۱. ځکه چې ښايي وسواس يې له موږ نه زده کړی وي.
۲. ځکه چې په وسواسي بڼه له ماشومانو پوښتنې کوو.
۳. ځکه چې ښايي ډېر قوانين مو پرې وضع کړي وي.
٤. ځکه چې د هيجانونو د تشولو لپاره وخت نه ورکوو.
۵. ځکه چې ماشومان د وسواس له زيانه خبر نه دي.
٦. ځکه چې ښايي دوستان او ملګري يې وسواس ولري.
۷. ځکه چې ښايي موږ مور او پلار په خپله وسواس ولرو.
۸. ځکه چې له وسواس نه د لرېوالي لاره نه ورته ښيو.
۹. ځکه چې ښايي زموږ ماشوم هره څه پوره وغواړي.
۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو منظم پروګرام نه دی جوړ کړی.
۱۱. ځکه چې خپل ماشوم مو په کار بوخت نه دی ساتلی.
۱۲. ځکه چې د ماشوم مسلکي درملنه مو نه ده پيل کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې د ماشوم کلیزه ولمانځو؟

۱. ځکه چې ماشوم په دې کار د ارزښت احساس کوي.
۲. ځکه چې ماشومان ډېر ځله ټولنیز مراسم خوښوي.
۳. ځکه چې له نورو سره د ماشوم اړیکې رغوی شي.
٤. ځکه چې له بده مرغه د تفریح لپاره موقع نه لري.
۵. ځکه چې ماشوم یې لمانځلو سره ډېره علاقه لري.
٦. ځکه چې پرته له دې به د ناهیلۍ احساس پیدا کړي.
۷. ځکه چې د ماشوم لپاره یوه سمه او ښه بوختیا ده.
۸. ځکه چې دا نمانځنې ډېرځله مثبتې پایلې هم لري.
۹. ځکه چې د ماشوم پر ذهن باندې مثبت اغېز کوي.
۱۰. ځکه چې له ملګرو سره یې اړیکې ښې کولی شي.
۱۱. ځکه چې ماشوم ټول کال دې ورځې ته په تمه وي.
۱۲. ځکه چې ماشوم ته د ملګرو د موندنې موقع ورکوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان په میندو پورې تړلي (وابسته) کېږي؟

۱. ځکه چې میندې یې هم له ماشوم سره تړلې دي.
۲. ځکه چې میندې د ماشوم هره چاره سر ته رسوي.
۳. ځکه چې میندې د تړاو له منفي پایلو خبرې نه دي.
٤. ځکه چې میندې خپلو ماشومانو ته ډېر ناز ورکوي.
۵. ځکه چې له خپل ماشوم نه ډېره زیاته پیروي کوي.
٦. ځکه چې له کچې ډېر له ماشومانو څخه ساتنه کوي.
۷. ځکه چې مور د ماشومانو ټولې اړتیاوې پوره کوي.
۸. ځکه چې مور له ماشوم سره ډېره زیاته عاطفي وي.
۹. ځکه چې میندې د ماشوم د خپلواکۍ هڅې نه کوي.
۱۰. ځکه چې میندې خپل ماشومان وړکتون ته نه لیږي.
۱۱. ځکه چې کېدای شي تر ٦ کلنۍ پورې عادي مسله وي.
۱۲. ځکه چې ډېرې افغان میندې په دې اړه پوهه نه لري.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له قانون او اصولو پیروي نه کوي؟

۱. ځکه چې ماشومان ذاتاً آزاد او خپلواکي خوښوي.
۲. ځکه چې مور او پلار هم اصول تر پښو لاندې کوي.
۳. ځکه چې ماشوم ته مو سالمه روزنه نه ده ورکړې.
٤. ځکه چې مور او پلار ماشومان تر پوښتنو لاندې راولي.
۵. ځکه چې ډېری ماشومان له قانونه سرغړونه خوښوي.
٦. ځکه چې له خپلو ټولګیوالو او ملګرو نه یې زده کوي.
۷. ځکه چې مور او پلار ماشومان له نورو سره پرتله کوي.
۸. ځکه چې د ماشوم له ښوونکي څخه مرسته نه غواړو.
۹. ځکه چې ډېر ځله خپله هم د دې بې قانونیو لامل یو.
۱۰. ځکه چې اصول او نظم مو ماشومانو ته نه تشریح کوو.
۱۱. ځکه چې ماشومان په ښو او بدو باندې نه دي پوهېدلي.
۱۲. ځکه چې د روزنې له معیاري لارو څخه ګټه نه اخلو.

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ګڼو کورنیو کې ماشومانو ته زیان اوړي؟

۱. ځکه چې ماشومان د هویت له کړکېچ سره مخ کېږي.

۲. ځکه چې په ګڼو کورنیو کې ماشومان زښته ډېر وي.

۳. ځکه چې په ګڼو کورنیو کې له ماشوم ډېر ملاتړ کېږي.

٤. ځکه چې ماشومان په نورو تړلي(وابسته) روزل کېږي.

۵. ځکه چې ډېرځله د ګڼو کورنیو ماشومان ورانکاري وي.

٦. ځکه چې له ذهني او عاطفي اړخه روغ نه روزل کېږي.

۷. ځکه چې په لویو کورنیو کې به ناسالم رقابت زده کړي.

۸. ځکه چې د مور او پلار روغې ځانګړنې نشي کاپي کولی.

۹. ځکه چې د ماشومانو اړتیاوې پکې پوره کېدای شي.

۱۰. ځکه چې ښایي ماشوم بدخویه او بد چاری وروزل شي.

۱۱. ځکه چې د ګڼو کورنیو مور او پلار ماشوم ته وخت نه لري.

۱۲. ځکه چې کله کله ماشومان ټولنیز آداب سم نشي زده کولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې په ماشوم جنسي تېرى کېږي؟

۱. ځکه چې ماشوم ته مو جنسي زده کړې نه دي ورکړې.
۲. ځکه چې د مور او پلار له خوا ملګري نه څېړل کېږي.
۳. ځکه چې د ماشوم پر خپلوانو له کچې ډېر باور کېږي.
٤. ځکه چې مور او پلار خپله جنسي زده کړه حرامه ګڼلې.
۵. ځکه چې د ماشومانو انټرنېټي اړيکې سمې نه څارو.
٦. ځکه چې ماشوم مو د کورنۍ په نيږدې خپلوانو سپارو.
۷. ځکه چې ماشوم ته مو د تېښتې لارې نه دي ور ښودلي.
۸. ځکه چې د ماشوم پر وړاندې جنسي کړنې سرته رسوو.
۹. ځکه چې ماشوم مو په کور او لاره يوازې پرېښى دى.
۱۰. ځکه چې له ماشوم سره مو اړيکې ښې او روغې نه دي.
۱۱. ځکه چې ښوونځى او وړکتون يې له کور څخه لرې دى.
۱۲. ځکه چې په ذهن کې د داسې پېښو وړاندوينه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ښکل کړو او ویې نازوو؟

١. ځکه چې دا د ماشوم عاطفي اړتیاوې پوره کوي.
٢. ځکه چې په دې سره ماشوم ځان امن احساسوي.
٣. ځکه چې د ماشوم پر جسمي روغتیا اغېز کوي.
٤. ځکه چې د ماشوم هیجاني هوښ ته وده ورکوي.
٥. ځکه چې ماشوم په ځان باوري او پیاوړی راولي.
٦. ځکه چې د میندو د اندروفین هورمون د ترشح لامل ګرځي.
٧. ځکه چې د ماشوم په درسونو کې مرسته کولی شي.
٨. ځکه چې ماشوم د ډېرې ارزښتمندۍ احساس کوي.
٩. ځکه چې د ماشوم په هوساینه کې خورا مرسته کوي.
١٠. ځکه چې د ماشوم راتلونکې اروايي روغتیا ژغوري.
١١. ځکه چې که يې ښکل نه کړو وېره او کینه کوي.
١٢. ځکه چې ښکلول ماشوم ښکلی او خوږ ساتلی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې مور او پلار د ماشوم ارواپوهنه ولولي؟

۱. ځکه چې د ودې په روغو لارو باندې به پوه شي.
۲. ځکه چې د ودې له بېلابېلو اړخونو به خبر شي.
۳. ځکه چې د ارواپوهنې په لوست به ماشوم ومني.
٤. ځکه چې نوي او علمي مهارتونه به زده کړي.
٥. ځکه چې له ماشوم سره به يې اړيکې ښې شي.
٦. ځکه چې هوښ او استعداد به يې ښه وده وکړي.
٧. ځکه چې له بېلابېلو ځانګړنو سره به ښه بلد شي.
٨. ځکه چې ستونزې به يې په آسانۍ سره حل کړي.
٩. ځکه چې د ماشوم هيجانونه به درک کړلی شي.
١٠. ځکه چې پروني او نني ماشومان توپير سره لري.
١١. ځکه چې له ارواييي ګډوډيو نه به مخنيوی وکړي.
١٢. ځکه چې د انسانانو تر مينځ له فردي توپيرونو نه خبريږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ځينو ژوو څخه وېرېږي؟

١. ځکه چې د کورنۍ غړي ماشوم وېروي.
٢. ځکه چې په ذهن کې ژوي ناسم انځوروي.
٣. ځکه چې ماشومان به ژوي سم نه پېژني.
٤. ځکه چې ښايي ماشوم مو اضطراب ولري.
٥. ځکه چې وېره او ذهني فشار يې نه ځپو.
٦. ځکه چې ماشوم ته مو وېره ور زده کړې ده.
٧. ځکه چې ډارن ملګري لري او له ژوو وېريږي.
٨. ځکه چې مور او پلار وېرېږي او دا يې لامل دی.
٩. ځکه چې ځيني ژوي په ماشومانو حمله کوي.
١٠. ځکه چې کورنۍ يې له ژوو سره بد چلند کوي.
١١. ځکه چې د ماشوم حساسيت مو نه دی ور ځپلی.
١٢. ځکه چې د خلاصون لاره مو نه ده ورښودلې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم خواړه نه خوري؟

۱. ځکه چې د ګټو او اغېزو په اړوند نه ورته وایو.
۲. ځکه چې په ښاري او باندنیو خوړو عادت شوی.
۳. ځکه چې د لوږې په زیانونو یې سم نه پوهوو.
٤. ځکه چې له ماشوم څخه زښت ډېر اطاعت کوو.
۵. ځکه چې د ماشوم خوړو ته منظمو پلان نه لرو.
٦. ځکه چې له ماشوم څخه د خوړو پوښتنه نه کوو.
۷. ځکه چې د ماشوم دا مسایل راته لومړیتوب نه دي.
۸. ځکه چې د خوړو په چمتو کولو کې ونډه نه لري.
۹. ځکه چې د خوړو د پېرلو لپاره ماشوم نه بیایو.
۱۰. ځکه چې عادت دي او د پرهېزونو مرسته نه کوو.
۱۱. ځکه چې له مور او پلار سره ستونزه لري او دا کار کوي.
۱۲. ځکه چې ښايي ستونزې مو نه وي ورته حل کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ښه عادتونه نه زده کوي؟

۱. ځکه چې ماشوم هغه څه کوي چې په خوښه يې وي.
۲. ځکه چې ښه عادتونه د مور او پلار حوصله غواړي.
۳. ځکه چې مور او پلار ماشوم ته په زور عادت ورکوي.
٤. ځکه چې ډېرى میندې او پلرونه خپله بد عادتونه لري.
۵. ځکه چې مور او پلار نه پوهېږي چې روزنه اسانه ده.
٦. ځکه چې ماشومان ډېر ځله په ښه او بد نه پوهېږي.
۷. ځکه چې د بدو عادتونو د زیان په اړه خبرې نه کوو.
۸. ځکه چې له ښه عادت څخه وروسته يې ښه نه هڅوو.
۹. ځکه چې د ښو عادتونو زده کول لویانو ته سخت وي.
۱۰. ځکه چې د ماشوم له ارواپوه نه مو مرسته نه ده غوښتې.
۱۱. ځکه چې ډېرى کورنۍ د عادتونو په بدلون باور نه لري.
۱۲. ځکه چې د هر فکر او عادت زده کول میاشتې غواړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له نورو ماشومانو سره نه ملګری کېږي؟

۱. ځکه چې پخوا د مور او پلار له لوري وېرول شوی.

۲. ځکه چې ماشوم له مور او پلار سره ډېر عادت دی.

۳. ځکه چې ماشوم له ملګرو څخه ښه خاطره نه لري.

٤. ځکه چې مور و پلار ورسره ښه مرسته نه ده کړې.

۵. ځکه چې نه پوهېږي ملګری د ژوند یوه اړتیا ده.

٦. ځکه چې ښايي ګوښه والی او ژورخپګان به ولري.

۷. ځکه چې د اړیکو مهارتونو یې سمه وده نه ده کړې.

۸. ځکه چې له ماشوم سره مو ډله ییزې لوبې نه دی کړي.

۹. ځکه چې د ارزښت په اړوند یې څه نه ورته وایو.

۱۰. ځکه چې دا یوه لویه ستونزه ده او لاملونه یې نه لټوو.

۱۱. ځکه چې د یوازیتوب له زیان څخه سم نه یو خبر.

۱۲. ځکه چې مور او پلار یې هم ډېر او ښه ملګري نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان زورواکي کوي؟

۱. ځکه چې ښايي ناوړه تلويزيوني خپرونې به ګوري.
۲. ځکه چې له همداسې نورو ملګرو سره اړيکې لري.
۳. ځکه چې کورنۍ ماشوم ته ديکتاتوري ور زده کوي.
٤. ځکه چې له مور او پلار څخه يو يې ديکتاتوري کوي.
۵. ځکه چې ځيني کورنۍ فکر کوي دا به مثبته کار وي.
٦. ځکه چې ځيني بيا فکر کوي دا پر ځان لوړ باور دی.
۷. ځکه چې په لوبو کې مو ماشومان نه دي هڅولي.
۸. ځکه چې نه پوهېږو ديکتاتوري ماشوم ته زيان رسوي.
۹. ځکه چې ځيني کورنۍ يې غځېدل ډېر جدي نه نيسي.
۱۰. ځکه چې تل له ماشوم سره په تاوتريخوالي چلند کوو.
۱۱. ځکه چې ماشوم نه پوهېږي ملګري له لاسه ورکوي.
۱۲. ځکه چې د ماشوم له اروايي څخه مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومانو ته درناوی ورو ښیو؟

۱. ځکه چې د ټولنې یو ډېر مهم اصل ګڼل کېږي.

۲. ځکه چې بل ماشوم یې هم ترې زده کوی شي.

۳. ځکه چې د ماشوم د عاطفي ودې لامل ګرځي.

٤. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور لوړولی شي.

۵. ځکه چې درناوی په کورنۍ کې یو دود ګرځي.

٦. ځکه چې خوښي، انرژي او جرئت ورکوي.

۷. ځکه چې له ځان درناوي سره به یې مرسته کوي.

۸. ځکه چې د مور او پلار خبرو ته به غوږ ونیسي.

۹. ځکه چې ماشومان او لویان درناوي ته اړتیا لري.

۱۰. ځکه چې که ماشوم ته درناوی وشي نوښت کوي.

۱۱. ځکه چې په دې ډول به یې سالمه روزنه وشي.

۱۲. ځکه چې درناوی او مینه دواړه نښتي موارد دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان وېرېږي؟

۱. ځکه چې خپله مور يې ډېر د وېرې لامل ګرځو.
۲. ځکه چې وېره يې منطقي نه ده او نه ورته وايو.
۳. ځکه چې د له مينځه وړلو لپاره مو نه دی هڅولی.
٤. ځکه چې د وېرې پر وړاندې يې حساسيت نه ځپو.
۵. ځکه چې له ماشوم سره مو په مينه چلند نه دی کړی.
٦. ځکه چې ماشوم مو پر ځان نه دی باورمند کړی.
۷. ځکه چې د وېرې لامل مو نه دی ورسره پيدا کړي.
۸. ځکه چې وېروونکي فلمونه او صحنې ګوري.
۹. ځکه چې مور وېرېږو او ماشوم يې هم زده کوي.
۱۰. ځکه چې د ماشوم ستونزې مو نه دي حل کړي.
۱۱. ځکه چې د وېرى لاملونه مو له مينځه نه دي وړی.
۱۲. ځکه چې ماشوم مو نه پوهېږي يا مالومات نه لري.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم بدې خبرې کوي؟

١. ځکه چې د ماشوم خبرو ته مو غوږ نه دی نیولی.

٢. ځکه چې کله کله یې له نورو ماشومانو زده کوي.

٣. ځکه چې غواړي د نورو پام ځان ته راواړوي.

٤. ځکه چې ماشومان نه پوهېږي چې دا بد کار دی.

٥. ځکه چې له بېلابېلو حل لارو څخه کار نه اخلو.

٦. ځکه چې ماشوم ته په منظم ډول کیسې نه لولو.

٧. ځکه چې موږ په خپله دا ستونزه جدي نه نیسو.

٨. ځکه چې یوازې د سپکاوي لاره مو غوره کړې.

٩. ځکه چې په لومړیو کې مو ورته خندلي دي.

١٠. ځکه چې موږ خپله هم یو بل ته بد الفاظ کاروو.

١١. ځکه چې تل یې په خپل چاپېریال کې اوري.

١٢. ځکه چې په بدو خبرو ویلو مو نه دی رټلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له وړکتون نه وېرېږي؟

۱. ځکه چې له هر چاپېریال سره مخ کېدل ورته سخت وي.
۲. ځکه چې په وړکتون کې مسلکي چلند نه ورسره کېږي.
۳. ځکه چې فکر کوي وړکتون یې د یوازیتوب لامل دی.
٤. ځکه چې په کور کې یوازې وو او نور ماشومان نه خوښوي.
۵. ځکه چې فکر کوي تر سختو اصولو لاندې راغلی دی.
٦. ځکه چې ځینو کورنیو پخوا له وړکتون څخه وېرولی.
۷. ځکه چې په وړکتون کې وهل شوی او ځورول شوی.
۸. ځکه چې کله کله په وړکتون کې پوره پاملرنه نه کېږي.
۹. ځکه چې ښایي له ماشوم سره د بندي په څېر چلند وشي.
۱۰. ځکه چې ځیني ماشومان خو د بېلتون اضطراب هم لري.
۱۱. ځکه چې افغان وړکتونونه یو مسلکي ارواپوه نه لري.
۱۲. ځکه چې کله کله د وړکتون قوانین د وېرې لامل گرځي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان په کارتوني فلمونو روږدي کېږي؟

۱. ځکه چې ځيني کورنۍ ماشوم په کارتوني کراروي.
۲. ځکه چې نورې لوبې مو له ماشوم سره نه دي کړي.
۳. ځکه چې کورنۍ د کارتون په زيان نه دي خبرې.
٤. ځکه چې موږ ډېر فلم گورو او ماشوم زده کوي.
۵. ځکه چې ملگرو يې د کارتون ليدلو ته هڅولي دي.
٦. ځکه چې کورنۍ يې د روږدتيا به زيان نه پوهيږي.
۷. ځکه چې په کارتوني بوختول زيان نه راته ښکاري.
۸. ځکه چې ماشوم ته مو مهالويش نه دی جوړ کړی.
۹. ځکه چې د وخت مديريت مو نه دی ور زده کړی.
۱۰. ځکه چې نورې بوختياوې نه دي ورته چمتو شوي.
۱۱. ځکه چې په پيل کې مو جدي پام نه دی ورته کړی.
۱۲. ځکه چې ښايي په نورو لوبو کې يې زيان ليدلی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له ګېم سره عادت پیدا کوي؟

۱. څکه چې څیني کورنۍ فکر کوي ډېر ورته ګټور دی.
۲. څکه چې ډېری ماشومان یې له کورنۍ څخه زده کوي.
۳. څکه چې د ماشوم له خوا د ګېم له زیانونو نه یو خبر.
٤. څکه چې ماشوم ته مو سمه بوختیا نه ده برابره کړې.
۵. څکه چې له ماشوم سره مو په خپله لوبې نه دي کړې.
٦. څکه چې ماشوم ته مو منظم مهالویش نه دی جوړ کړی.
۷. څکه چې خپله مو هم ماشوم ته سم وخت نه دی ورکړی.
۸. څکه چې د ګېم د بدو پایلو په اړه ماشوم ته څه نه وایو.
۹. څکه چې څیني خو اروايي ستونزې لري او ګېمونه وهي.
۱۰. څکه چې څیني ماشومان د تنبلۍ له امله هم ګېمونه وهي.
۱۱. څکه چې کله کله ماشوم په ګیمونو خپل هیجانونه تشوي.
۱۲. څکه چې څیني ماشومان یوازې دي او ملګري نه لري.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان د مرگ په اړه پوښتنې کوي؟

۱. ځکه چې ماشومان په ټوله کې پلټونکي دي.
۲. ځکه چې د مرگ په اړوند مالومات نه لري.
۳. ځکه چې ښايي له مرگ نه وېرول شوی وي.
٤. ځکه چې مور په خپله له مرگ نه وېرولی دی.
۵. ځکه چې پوښتنو ته مو ځواب نه دی ورکړی.
٦. ځکه چې ښايي له يوازيتوب څخه وېرېدلی وي.
۷. ځکه چې مړي وېرېدونکي ورته تشريح شوي.
۸. ځکه چې خونړي فلمونه او پروگرامونه گوري.
۹. ځکه چې د خپلوانو مرگونه پرې تېر شوي دي.
۱۰. ځکه چې په کور کې د مرگ په اړه خبرې کوو.
۱۱. ځکه چې د مرگ د کليمې په اورېدو بل چلند کوو.
۱۲. ځکه چې په وطن کې هره ورځ مرگونه کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان ضد کوي؟

١. ځکه چې ماشومان مو له حده ډېر نازولي دي.
٢. ځکه چې د دې کار اصلي لامل مو نه دی پلټلی.
٣. ځکه چې ښايي د ضد کولو پر مهال مو هڅولی وي.
٤. ځکه چې محروميت لري او نه يې ور رفعه کوو.
٥. ځکه چې نه مو دي ويلي چې کار يې ناوړه دی.
٦. ځکه چې کله خو يې خپله هم د ضد کولو لامل يو.
٧. ځکه چې د غوصې تشولو موقع مو نه ده ورکړې.
٨. ځکه چې له وهلو ډبولو مو مخنيوی نه دی کړی.
٩. ځکه چې له لويو ماشومانو يې زده کړي او ضد کوي.
١٠. ځکه چې د ماشوم کارونه مو سم نه دي منظم کړي.
١١. ځکه چې د ښو کړنو په کولو ته مو هم نه دی هڅولی.
١٢. ځکه چې ماشوم چې هر څه ويلي موږ عملي کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم گوښه گوښه کېږي؟

۱. ځکه چې په پرلپسې ډول يې خبرو ته غوږ نه ږدو.
۲. ځکه چې له ماشوم سره په مينه او مهرباني چلند نه کوو.
۳. ځکه چې له ماشوم سره له خبرو اترو نه مخنيوی کوو.
٤. ځکه چې د خپل ماشوم په هوساينه کې هڅه نه کوو.
۵. ځکه چې نه مو دي ورته ويلي چې ارزښت راته لري.
٦. ځکه چې د ټولنيزو چارو پر مهال مو نه دی هڅولی.
۷. ځکه چې د ګناه احساس کوي او وجدان يې نارامه دی.
۸. ځکه چې د ماشوم ښو او مثبتو اړخونو ته پام نه کوو.
۹. ځکه چې د ماشومانو تر مينځ مساواتو ته پام نه کوو.
۱۰. ځکه چې ښايي ماشوم مو ناهيلی او نااميده شوی وي.
۱۱. ځکه چې له علمي او سمو لارو څخه ګټه نه اخلو.
۱۲. ځکه چې ښايي ماشوم په ژورخپګان اخته شوی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ځيني ماشومان دروغ وايي؟

۱. ځکه چې د دروغو ويلو له زيانونو څخه نه دي خبر.
۲. ځکه چې په خپله مور او پلار يې هم دروغ ويلي دي.
۳. ځکه چې د دروغو په اصلي انګېزو يې نه يو خبر.
٤. ځکه چې په پيل کې مو د دروغو مخه نه ده نيولې.
۵. ځکه چې په پرېښودو کې مو ښه مرسته نه ده کړې.
٦. ځکه چې د حقيقت به ارزښت مو ښه نه دی پوه کړی.
۷. ځکه چې خپله مو د دروغو ويلو ته لار هواره کړې.
۸. ځکه چې غوصه مو کړې، خو سم مو نه دي روزلي.
۹. ځکه چې د سالم او ښه فکر وخت مو نه دی ورکړی.
۱۰. ځکه چې له ماشوم څخه مو ډېرې غوښتنې کړي دي.
۱۱. ځکه چې له دروغجنو ماشومانو سره ملګري شوي.
۱۲. ځکه چې په يوازې توګه مو خبرې نه دي ورسره کړې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشوم څخه ډېره پيروي ونه کړو؟

۱. ځکه چې ماشوم مو په خپل ځان کاذب باور پيدا کوي.

۲. ځکه چې ماشوم له شخصيتي اړخه سمه وده نه کوي.

۳. ځکه چې په دې کار سره بې مسووليته روزل کېږي.

٤. ځکه چې ډېره پيروي يې د نوښت وړتيا له مينځه وړي.

۵. ځکه چې په کړنو کې يې بېلابېلې ګډوډۍ پيدا کېږي.

٦. ځکه چې ډېرى ماشومان له همدې امله ورانکاري کېږي.

۷. ځکه چې د ډېرې پيروۍ له امله غوښتونکى کېږي.

۸. ځکه چې ماشومان به مو بيا سم غوږ نه راته نيسي.

۹. ځکه چې ښايي په مور او پلار پورې ډېر تړلي وي.

۱۰. ځکه چې ډېره پيروي به يې په ځان ډېر مين کړي.

۱۱. ځکه چې ماشومان دا زده کوي چې غوښتونکي شي.

۱۲. ځکه چې د وړکتون او ښوونځي له چارو پاتې کېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان ونه ډېول شي؟

۱. ځکه چې خپله ورانکاري به نوره هم ډېره کړي.
۲. ځکه چې د ماشوم وده کمزورې او ننګولی شي.
۳. ځکه چې د احساساتو ویلو مخنیوی به یې وکړي.
٤. ځکه چې بیا به لرېوالی له مور څخه غوره ګڼي.
۵. ځکه چې د ماشوم پر ځان باور به را ټیټ کړي.
٦. ځکه چې ماشوم به بیا نور ماشومان هم ووهي.
۷. ځکه چې ماشوم وهلو ته نه؛ حل لارو ته اړتیا لري.
۸. ځکه چې ماشوم به جسمي او اروايي تروما ويني.
۹. ځکه چې ماشوم له مور او پلار څخه کرکه پیدا کوي.
۱۰. ځکه چې وروسته بیا خپل هیجانونه په وهلو تشوي.
۱۱. ځکه چې د ماشوم ډېول د تاوتریخوالي یوه بڼه ده.
۱۲. ځکه چې ماشوم به ځان کم او ګوښه احساس کړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ناکراري کوي؟

۱. ځکه چې غواړي په کافي اندازه پام ورته وشي.
۲. ځکه چې اړتیاوو او غوښتنو ته یې پام نه کیږي.
۳. ځکه چې ناکراري د ماشومتوب یوه ځانګړنه ده.
٤. ځکه چې هلکان په ماشومتوب کې ناکرار وي.
٥. ځکه چې ښایي کومه ځانګړې خواشیني ولري.
٦. ځکه چې ښایي کافي مینه مو نه وي ورسره کړې.
۷. ځکه چې د کورنۍ په چاپېریال کې د امنیت احساس نه کوي.
۸. ځکه چې ښایي له کومې اروايي ستونزې ځوریږي.
۹. ځکه چې مور خپله بد او غوصه ناک مور او پلار یو.
۱۰. ځکه چې له مور پرته ورته بل څوک پام نه کوي.
۱۱. ځکه چې ښایي له جنسي اړخه ځورول شوی وي.
۱۲. ځکه چې ښایي کوم وېروونکی خوب یې لیدلی وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم اوږدمهاله رخصتۍ ونه کړي؟

۱. ځکه چې ورځني پروګرامونه يې بې نظمه کېږي.
۲. ځکه چې نوی چاپېريال يې غوښتونکی کوی شي.
۳. ځکه چې بيا به له درسونو لرې او ورانکاری شي.
٤. ځکه چې ښايي بې پروا، تنبل او بې مسووليته شي.
۵. ځکه چې ښايي د خوړو او اشتها په ستونزه اخته شي.
٦. ځکه چې له تفريح او مور او پلار سره به وتړل شي.
۷. ځکه چې ماشوم وروسته له تفريح ستونزمن کېږي.
۸. ځکه چې بيا ژر د وړکتون اصولو ته غاړه نه ږدي
۹. ځکه چې ښايي بې حرکته، سست او کمزوری شي.
۱۰. ځکه چې د وړکتون مهالوېش يې شاته پاتې کېږي.
۱۱. ځکه چې ماشومان په بازاري خوړو عادت کېږي.
۱۲. ځکه چې ښايي د خوب پر ګډوډۍ، باندې اخته شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ته رنګ لرونکي خواړه ور نه کړو؟

۱. ځکه چې ماشوم په غیر نورمال ډول فعالولی شي.

۲. ځکه چې ښایي د سرطاني ناروغیو لامل هم شي.

۳. ځکه چې د ماشوم اشتها به مو ډېره ژر کمه کړي.

٤. ځکه چې د شپې له لوري تشناب ته تلل یې ډېروي.

۵. ځکه چې رنګونه له نفتو او کیمیاوي موادو جوړیږي.

٦. ځکه چې اندام یې خراب او وزن یې ډېروی شي.

۷. ځکه چې د ماشوم د اروایي ګډوډیو لامل ګرځي.

۸. ځکه چې ماشومان کله په یو کله په بل حال کوي.

۹. ځکه چې رنګه توکي د ماشوم ځیګر ته زیان رسوي.

۱۰. ځکه چې په رنګ لرونکو خوړو روږدي کېدی شي.

۱۱. ځکه چې د ماشوم په معده کې ستونزې پیدا کوي.

۱۲. ځکه چې ماشوم ته هورموني ستونزې پیدا کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د شپې له لوري متيازې کوي؟

۱. ځکه چې د ماشوم د مايعاتو څښل سم نشو څارلی.
۲. ځکه چې ماشوم ته کافيين لرونکي مايعات ورکوو.
۳. ځکه چې له خوب نه وړاندې يې تشناب ته نه بيايو.
٤. ځکه چې د شپې له لوري د تشناب څراغ نه روښانوو.
۵. ځکه چې يوازې د ورځې اوبه نه ورکوو.
٦. ځکه چې له ماشوم سره هوسا او په صبر چلند نه کوو.
۷. ځکه چې له سپکاوي او رټلو يې مخنيوی نه کوو.
۸. ځکه چې کېدای شي مور او پلار يې وهي او ډبوي.
۹. ځکه چې ښايي ماشوم د بيلتون ډار او وېره ولري.
۱۰. ځکه چې له ماشوم څخه د ګناه احساس نه لرې کوو.
۱۱. ځکه چې د ماشوم وسواس او ذهني فشار نه راکموو.
۱۲. ځکه چې ښايي پټ لامل شته وي چې څوروي يې.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د لوبو له وسايلو سره ډېر خوی اخلي؟

١. ځکه چې وسايل د ماشوم د آرامولو په موخه کاروو.
٢. ځکه چې ماشوم مو ياد وسايل سپېڅلي او پاک ګڼي.
٣. ځکه چې ډېر د يوه ښه ملګري په توګه ورته ګوري.
٤. ځکه چې ښايي وسايل به ماشوم ته ښه غوره نيسي.
٥. ځکه چې تر شپږ کلنۍ له وسايلو سره عادت عادي وي.
٦. ځکه چې د وسايلو ځای يې نورو کړنو ته نه ورکوو.
٧. ځکه چې ماشوم مو نه درک کوو او وخت نه ورکوو.
٨. ځکه چې د وسايلو اړول را اړول ورته خوند ورکوي.
٩. ځکه چې مور د ماشوم لپاره منظم مهالويش نه لرو.
١٠. ځکه چې له ماشوم سره مهرباني او ملګرتيا نه کوو.
١١. ځکه چې وسايل ورو له ماشوم څخه نهٔ لرې کوو.
١٢. ځکه چې د ځان بسياينې په ذهنيت مو نه دی روزلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له ٦ کلنۍ وړاندې ښوونځي کې شامل نه کړو؟

۱. ځکه چې له شپږ کلنۍ وړاندې يې د لوبو مخنيوی کوي.

۲. ځکه چې تر دې وړاندې يې زده کړو ته لېوالتيا کموي.

۳. ځکه چې تر دې وړاندې خپل حواس سم نشي راټولولی.

٤. ځکه چې تر٦لومړيو کلو مور او پلار ته ډېره اړتيا لري.

۵. ځکه چې له ٦کلو کم عمره ماشوم ښه حس نه پيدا کوي.

٦. ځکه چې له ٦ کلنۍ وړاندې قوانين سم نشي درک کولی.

۷. ځکه چې له عاطفي اړخه ښوونځي ته چمتووالی نه لري.

۸. ځکه چې له ٦کلو وړاندې ښوونځی په مينه نه په زور وي.

۹. ځکه چې له ٦کلو وړاندې ماشوم بايد وړکتون ته لاړ شي.

۱۰. ځکه چې له ٦کلو وړاندې ماشوم لوبو ته ډېره اړتيا لري.

۱۱. ځکه چې په دې عمر کې له درس نه لوبې ډېرې خوښوي.

۱۲. ځکه چې په ټوله نړۍ کې له شپږ کلنۍ وروسته پيلېږي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ډل ډلګۍ جوړوي؟

۱. ځکه چې د جنايي ډلګيو فلمونه او سريالونه ډېر ويني.
۲. ځکه چې کورنۍ يې د دې کار اصلي لامل نه پيدا کوي.
۳. ځکه چې ښايي په ټولنيزو مهارتونو مو نه وي روزلی.
٤. ځکه چې ماشوم له جرمي خبرو او بحثونو نه لرې کوو.
۵. ځکه چې له لامل پرته په ماشوم باندې سختۍ وضع کوو.
٦. ځکه چې ماشوم اروايي ګډوډي لري او جدي يې نه ګڼو.
۷. ځکه چې کېداې شي ماشوم مو له بدو ملګرو سره ګرځي.
۸. ځکه چې ماشوم ته مو غوره روزنيز سيستم نه دی ټاکلی.
۹. ځکه چې ماشوم ډلګۍ جوړول له موږ نه زده کوي.
۱۰. ځکه چې په ماشومانو سخت او کلک قوانين وضع کوو.
۱۱. ځکه چې کورنۍ اړيکې مو کمزورې او ستونزمنې دي.
۱۲. ځکه چې کور مو د ماشوم لپاره هوسا نه دی ګرځولی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم کرکه کوي؟

۱. ځکه چې له ماشوم سره خوږ چلند نه کوو.
۲. ځکه چې ماشوم ته مو کافي پاملرنه نه کوو.
۳. ځکه چې ماشوم سم چلند کولو ته نه هڅوو.
٤. ځکه چې نه ورته وایو کرکه دې ناسمه ده.
۵. ځکه چې د ماشوم اروايي اړتیاوې نه پوره کوو.
٦. ځکه چې ماشوم ته هوساینه نه ور زده کوو.
۷. ځکه چې د ځېلو ماشومانو تر مینځ توپیر کوو.
۸. ځکه چې د ماشوم له رټلو مخنیوی نه کوو.
۹. ځکه چې فردي توپیرونه په پام کې نه ساتو.
۱۰. ځکه چې ماشوم مو ناهیلی او گوښه کړی دی.
۱۱. ځکه چې احساس کوي ظلم پرې شوی دی.
۱۲. ځکه چې د ماشوم حقونو ته پاملرنه نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم سرغړونې کوي؟

۱. ځکه چې د غوښتنو په وړاندې يې مقاومت کوو.

۲. ځکه چې ماشوم ډېر او بې ځايه رټو او سپکوو.

۳. ځکه چې ماشوم ته ښه مهارتونه نه ور زده کوو.

٤. ځکه چې په يوه وخت يې هم وهو او هم هڅوو.

۵. ځکه چې د قانون منل مو سم نه دي ور زده کړي.

٦. ځکه چې د ماشوم خپلواکي په رسميت نه پېژنو.

۷. ځکه چې په زور او جبر يې پيروۍ ته اړ باسو.

۸. ځکه چې له ځانه څخه مو لرې او ګوښه کړی دی.

۹. ځکه چې د ماشوم اړتيا او آزادي مو نه ده ورکړې.

۱۰. ځکه چې د ستونزو حل کې مرسته نه ورسره کوو.

۱۱. ځکه چې د ستونزې د حل مهارت يې نه دی زده.

۱۲. ځکه چې له ارواپوه او اروپوهنې مرسته نه غواړو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم بې ځایه ګرځي؟

۱. ځکه چې د ماشوم غوښتنو ته ارزښت نه ورکوو.
۲. ځکه چې له وړتیاوو سره سم مسوولیت نه ورکوو.
۳. ځکه چې د خپل ماشوم ستونزې مو نه حل کوو.
٤. ځکه چې ماشوم ته مو کافي خپلواکي نه ده ورکړې.
۵. ځکه چې تل مو ماشوم پړ کړی، رټلی او سپک کړی.
٦. ځکه چې په خپله موږ هم سست او بې پروا شوي یو.
۷. ځکه چې له ماشوم سره مو پوره مرسته نه ده کړې.
۸. ځکه چې زموږ په کورنۍ کې صمیمیت حاکم نه دی.
۹. ځکه چې ماشوم ته درناوی، مینه او پاملرنه نه کوو.
۱۰. ځکه چې د ماشوم وېره، ډار او ستونزې نه را کموو.
۱۱. ځکه چې ځان کم احساسوي او مرسته نه ورسره کوو.
۱۲. ځکه چې له ماشوم سره په خپلو اړیکو ښه غور نه کوو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم غلا کوي؟

١. ځکه چې له ماشوم سره مو وړ چلند نه دی کړی.

٢. ځکه چې عادت شوي او باید احتیاط ورسره وشي.

٣. ځکه چې د غلا د زیانونو په اړه څه نه ورته وایو.

٤. ځکه چې د غلا اړوند سریالونه او فلمونه ګوري.

٥. ځکه چې د خپل کار له زیانونو څخه سم دی خبر.

٦. ځکه چې له ماشومه د بیا نه تکرار وعده نه اخلو.

٧. ځکه چې د غلا په اړه له ماشوم سره خبرې نه کوو.

٨. ځکه چې ماشومان مو تل سپک کړی او رټلی دی.

٩. ځکه چې د ماشوم اروايي اړتیاوې نه درک کوو.

١٠. ځکه چې د ماشوم مادي اړتیاوې سمې نه درک کوو.

١١. ځکه چې د غلا مال مو څښتن ته نه دی ورسپارلی.

١٢. ځکه چې کله کله د ماشوم له دې ګناه نه دفاع کوو.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له ماشوم نه لرې نه شو؟

۱. ځکه چې له ماشوم نه لرېوالی د اضطراب لامل ګرځي.
۲. ځکه چې کېدای شي د نا امنۍ او ناهیلۍ احساس وکړي.
۳. ځکه چې له ماشوم سره اړیکې د ژوند ارزښتناکې اړیکې دي.
٤. ځکه چې له ناپېژانده او نامطلوبه ماشومانو سره ګرځي.
٥. ځکه چې ښايي ماشومان مو جنګیالی او ورانکاري شي.
٦. ځکه چې کېدای شي وېره او ذهني فشارونه ورته پیدا شي.
۷. ځکه چې ښايي له عاطفي او اروايي اړخه وده ونه کړي.
۸. ځکه چې ښايي ماشوم مو پر ځان باور له لاسه ورکړي.
۹. ځکه چې د وخت په تېرېدو به ناوړه کړنې ترسره کړي.
۱۰. ځکه چې ماشوم د هوساینې په موخه ناسم کارونه کوي.
۱۱. ځکه چې له مور او پلار سره اړیکې د ماشوم یوه اړتیا ده.
۱۲. ځکه چې ښايي په اروايي ناروغیو او ګډوډیو اخته شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم بد چلند کوي؟

۱. ځکه چې ماشومانو ته مو سم چلند نه دی ورزده کړی.
۲. ځکه چې ماشوم مو پر وخت سم کار ته نه دی هڅولی.
۳. ځکه چې د ماشوم اړتیاوې مو سمې نه دي پوره کړې.
٤. ځکه چې له ماشوم سره مو په پوره مینه چلند نه دی کړی.
۵. ځکه چې د ماشومانو عاطفي چاپېریال مو روغ نه دی.
٦. ځکه چې پر وړاندې یې له تووند چلنده نه ځان نه ساتو.
۷. ځکه چې کېدای شي موږ هم بد چلند او ورانکاري کوو.
۸. ځکه چې تل د ماشوم خپلواکۍ او حریم ته زیان رسوو.
۹. ځکه چې په ستونزو حلولو کې مرسته نه ورسره کوو.
۱۰. ځکه چې ماشومان مو ډېر زیات نازولي روزلي دي.
۱۱. ځکه چې په کور کې د جنګ جګړو مخه سمه نه نیسو.
۱۲. ځکه چې ماشوم ته مو د ښه چلند ګټې نه دي وربښودلي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان بې لارې کېږي؟

۱. ځکه چې ماشوم په علمي لارو نه دی روزل شوی.
۲. ځکه چې د کينې، ګناه او بدل اخيسلو احساس لري.
۳. ځکه چې د ماشوم ارواييي انډول ته پاملرنه نه کوو.
٤. ځکه چې پر وړاندې يې له غوصې نه کار اخلو.
۵. ځکه چې د نورو وګړو له حقوقو سم نه دي خبر.
٦. ځکه چې په پرلپسې بڼه يې بېلارۍ نه کنټرولوو.
۷. ځکه چې د درملنې په لارو چارو يې نه پوهېږو.
۸. ځکه چې د ماشوم شخصيت ته ارزښت نه ورکوو.
۹. ځکه چې د ماشوم خپلواکۍ ته پوره درناوی نه لرو.
۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو معنويات نه دي ور زده کړي.
۱۱. ځکه چې موږ هم د ماشوم لپاره ښې بېلګې نه يو.
۱۲. ځکه چې د بېلارۍ په اړه مو مالومات نه دي ورکړي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ډېر خواږه خوري؟

۱. ځکه چې له سمو روزنیزو لارو ګټه نه پورته کوو.

۲. ځکه چې ماشوم د تشخیص لپاره ډاکټر ته نه بیایو.

۳. ځکه چې ماشوم بې غوړه خوړو ته نه شو هڅولی.

٤. ځکه چې د سمو خوړو لاره مو نه ده ورته ښودلې.

۵. ځکه چې د ماشوم فزیکي کړه مو نه دي تنظیم کړي.

٦. ځکه چې د ماشوم د خواشینیو په اړه څېړنې نه کوو.

۷. ځکه چې کېدای شي ماشوم مو په اضطراب اخته وي.

۸. ځکه چې د خوړو ستونزه دفاعي میکانېزم ګڼل کېږي.

۹. ځکه چې د خوړو په برخه کې مرسته نه ورسره کوو.

۱۰. ځکه چې خپل ماشوم په هیجاني محلونو کې پرېږدو.

۱۱. ځکه چې ښایي بدن یې ډېرو خوړو ته اړتیا ولري.

۱۲. ځکه چې له خپلو همزولو سره په سیالی خواږه خوري.

CS CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم جګړه غواړي؟

۱. ځکه چې له ماشوم سره مو اړیکې نه دي رغولې.
۲. ځکه چې سالمې او روغې بوختیاوې نه لري.
۳. ځکه چې په هر څه کې مو د ماشوم مخنیوی کړی.
٤. ځکه چې له خواشینۍ نه د خلاصون لار نه ورښیو.
۵. ځکه چې د ماشوم ناسم چلند مو نه دی ور سم کړی.
٦. ځکه چې ښایي د حقارت احساس مو نه وي کم کړی.
۷. ځکه چې ماشوم ته مو غوره چارې نه دي ورښودلې.
۸. ځکه چې ماشوم ته د غوصې د مدیریت لار نه ورښیو.
۹. ځکه چې پر وخت مو د زیان خبرداری نه دی ورکړی.
۱۰. ځکه چې ماشوم ته مو کار او مسوولیت نه دی ښودلی.
۱۱. ځکه چې ماشوم مو د غوره کړنو لپاره نه دی هڅولی.
۱۲. ځکه چې د ماشوم د جګړې اصلي لامل سم نه پېژنو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولي ماشوم تېرى كوي؟

١. ځکه چې ډېر ورته وايو دا کار وکړه او هغه مه کوه.
٢. ځکه چې په کور کې مو ناخوالې او ضد شتون لري.
٣. ځکه چې خپله مور هم د ماشوم لپاره ښې بېلګې نه يو.
٤. ځکه چې ښايي کوم څه غواړي؛ مور پام نه ورته کوو.
٥. ځکه چې ښايي د نورو پر وړاندې د خطر احساس کوي.
٦. ځکه چې ماشومانو ته مو بېخي ډېره آزادي ورکړې ده.
٧. ځکه چې ماشوم د کينې، دښمنۍ او غوصې احساس کوي.
٨. ځکه چې ښايي کورنۍ فقر او بېوزلي يې يو لامل وي.
٩. ځکه چې د ماشوم اروايي انډول مو روغ نه دی ساتلی.
١٠. ځکه چې ښايي له تېري کوونکو ملګرو سره به ګرځي.
١١. ځکه چې په وړ ځای او وخت کې خبرې نه ورسره کوو.
١٢. ځکه چې د ماشوم د تېري اصلي لامل مو نه دی موندلی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له خوړو سره لېوالتیا نه لري؟

۱. ځکه چې خوړو نه خوړلو اصلي لامل مو نه دی موندلی.
۲. ځکه چې د خوړو ورکولو لپاره له زور څخه کار اخلو.
۳. ځکه چې په خپله د ماشوم د خوراکي وسواس لامل یو.
٤. ځکه چې ماشوم ته مو د درملو په بڼه خواړه ورکړي دي.
٥. ځکه چې موږ دیکتاتوره او له تاوتریخوالي ډکه کورنی یو.
٦. ځکه چې نه پوهېږو کله ناکله دا عادتونه عادي بڼه لري.
۷. ځکه چې نه پوهېږو ښایي جسمي او بدني ستونزې ولري.
۸. ځکه چې تل مو د خوړلو لپاره ماشوم ته زارۍ کړي.
۹. ځکه چې کېدای شي ماشوم مو کینه او اضطراب ولري.
۱۰. ځکه چې خپل ماشوم مو خوړو خوړلو ته نه دی هڅولی.
۱۱. ځکه چې د خوراکي چارو متخصص مو نه دی پوښتلی.
۱۲. ځکه چې په خپلو ماشومانو مو ډېر جبر او فشار راوستی.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان له مور سره عادت کېږي؟

١. ځکه چې ډېرى مينديې يې ماشوم به ځان پورې تړي.
٢. ځکه چې مور د ماشوم ډېرى چارې خپله پر مخ بيايي.
٣. ځکه چې ډېرى مينديې د عادت له بدو پايلو نه دي خبرې.
٤. ځکه چې ښايي مور هم له خپلې مور سره عادت وي.
٥. ځکه چې مينديې فکر کوي د ماشوم انحصار يې حق دی.
٦. ځکه چې تل د ماشوم له ناوړه او منفي کړنو دفاع کوي.
٧. ځکه چې مينديې د ماشوم هرې غوښتنې ته لبيک وايي.
٨. ځکه چې د شيدو ورکولو له لومړۍ ورځې ورسره وي.
٩. ځکه چې مينديې د عادت له مينځه وړلو هڅې نه کوي.
١٠. ځکه چې ماشوم هېڅکله له کور څخه وتلو ته نه پرېږدي.
١١. ځکه چې د ماشوم کوټه له شپږ مياشتو وروسته نه بېلوي.
١٢. ځکه چې پلرونه مرسته نه کوي او مينديې يې جبرانوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم په غیر عادي ډول ډېر فعالیږي؟

۱. ځکه چې د هغوی په مغز کې د مانا تحلیل توپیر کوي.
۲. ځکه چې نه پوهېږو دا ماشومان ډېره زیاته وړتیا لري.
۳. ځکه چې نه پوهېږو د هغوی انرژي باید خلاصه شي.
٤. ځکه چې مور، پلار او ښوونکی یې روغ چلند ته نه هڅوي.
۵. ځکه چې دا ډېر فعاله ماشومان ډېرځله کافي خوب نه لري.
٦. ځکه چې د داسې کړنو د مخنیوي خواړه نه پیدا کوو.
۷. ځکه چې خندا مرسته ورسره کوي خو پرې بلد نه دي.
۸. ځکه چې د ډېر فعالیت ستونزه یې په کورنۍ کې ارثي ده.
۹. ځکه چې کله د لا ډېر فعالیت کولو لاره ورته هواره وي.
۱۰. ځکه چې ماشوم د اروا پوه نظر لاندې نه دی روزل شوی.
۱۱. ځکه چې د کورنۍ له لوري هېڅ مرسته نه ورسره کیږي.
۱۲. ځکه چې نور ماشومان د وړتیا په کمولو کې مرسته نه کوي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې له خویندو او ورونو سره د ماشوم اړیکې جدي ونیسو؟

۱. ځکه چې ماشوم مو ځان ارزښتمن احساسولی شي.
۲. ځکه چې خویندې او وروڼه د ژوند برخه جوړوي.
۳. ځکه چې له عاطفي اړخه به سالم روغ او رمټ وي.
٤. ځکه چې د احساساتو ویل به یې ښه او روغ شي.
۵. ځکه چې له نورو سره چلند کې به پرځان باور لري.
٦. ځکه چې ذهني فشار به یې خورا ډېر راکم کړي.
۷. ځکه چې د اړیکو نه لرل د ژورخپګان لامل ګرځي.
۸. ځکه چې له ماشوم سره به د لوبو ښه ملګري وي.
۹. ځکه چې خبرې کول او ژبه به یې ښه وده وکړي.
۱۰. ځکه چې کله کله یې تر مینځ کینه پیدا کېږي.
۱۱. ځکه چې ښې اړیکې د سالم شخصیت لامل کېدی شي.
۱۲. ځکه چې لوی خور او ورور د مور او پلار په څېر وي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم له سندرو سره عادت کېږي؟

١. ځکه چې د درسونو لپاره منظم مهالویش نه لري.
٢. ځکه چې مور او پلار یې د سندرو اورېدل نه خاري.
٣. ځکه چې په سندرو د روږدتیا له زیانه نه دي خبر.
٤. ځکه چې دېرځله ماشوم ته پوره وخت نه ورکوو.
٥. ځکه چې نور سپورتي پلانونه او بوختیاوې نه لري.
٦. ځکه چې نه پوهېږو د ماشوم د تنبلی لامل گرځي.
٧. ځکه چې د سندرو پر ځای بل څه نه ځای پرځای کوو.
٨. ځکه چې بله روغه بوختیا مو نه ده ورته برابره کړې.
٩. ځکه چې درسي مواد یې په واک کې نه ورکوو.
١٠. ځکه چې د لامل موندلو په موخه مو هڅه نه ده کړې.
١١. ځکه چې کوښښ نه کوو تر څو ماشوم ترې لرې کړو.
١٢. ځکه چې مور خپله ماشوم ته د چلند ښه بېلگه نه یو.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم ډېر ویده کړو؟

۱. ځکه چې ماشومان خوب ته ډېره اړتیا لري.
۲. ځکه چې ماشومان په خوب کې ښه وده کوي.
۳. ځکه چې که ماشوم بې خوبه شي، بد چلند کوي.
٤. ځکه چې که ویښ وي په مبایل روږدی کېږي.
۵. ځکه چې بیا د ورځې له خوا ستونزې پیدا کوي.
٦. ځکه چې نه پوهېږو د بې خوبۍ لامل یې گرځي.
۷. ځکه چې که ویده نه شي بې خوبي یې عادت کېږي.
۸. ځکه چې په دې سره به نظم او ښه والی زده کړي.
۹. ځکه چې ژورخپگان او ذهني فشار راکمولی شي.
۱۰. ځکه چې د خوب په گډوډیو د اخته کېدو مخه نیسي.
۱۱. ځکه چې ښه خوب د ماشوم ذهن ته وده ورکوي.
۱۲. ځکه چې ښه خوب د ښه خوب لامل گرځېدای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم په وخت ویده کړو؟

۱. ځکه چې که په وخت ویده شي، په وخت به ویښ شي.
۲. ځکه چې د لویانو په پرتله ډېر خوب ته اړتیا لري.
۳. ځکه چې ناوخته ویده کېدل یې د بد چلند لامل دی.
٤. ځکه چې ماشومان تر ډېره ویښ پاتې کېدل خوښوي.
۵. ځکه چې په نورو فعالیتونو کې ګډوډي پیدا کوي شي.
٦. ځکه چې بیا به د کورنۍ لویان هم له خوبه وباسي.
۷. ځکه چې ماشومان مو بې خوبه او بې نظمه کېدی شي.
۸. ځکه چې بیا به ماشوم ته په یوه ښه عادت بدل شي.
۹. ځکه چې تل په نظم او ترتیب اوسېدل به زده کړي.
۱۰. ځکه چې د ویښتیا له مهاله به لا ډېره او ښه ویده شي.
۱۱. ځکه چې خپل درسونه به ډېر ژر او ښه زده کړی شي.
۱۲. ځکه چې ویښتیا یې په پاملرنه ناوړه اغېز کولی شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم د لويانو په وسايلو پسې ننبلي؟

١. ځکه چې هغه مو د ماشوم د کرارولو په موخه کارولي دي.
٢. ځکه چې دا شيان ډېرځله ماشوم ته د لوبو وسايل ښکاري.
٣. ځکه چې ماشومان تل هغه شيان اخلي چې لوبې پرې کېږي.
٤. ځکه چې مور او پلار د ماشوم اړتياوو ته سمه پاملرنه نه کوي.
٥. ځکه چې په دې سره ماشومان د لويانو پام ځان ته را اړوي.
٦. ځکه چې په ماشوم کې داسې عادتونه تر ٦ مياشو عادي وي.
٧. ځکه چې په لاس لرلو سره يې ځان خښتن ګڼلی او بللی شي.
٨. ځکه چې د دې ستونزې د حل لپاره ماشوم نه مرسته نه غواړو.
٩. ځکه چې تر اوسه پورې مو د ماشوم خبرو ته غوږ نه دی ايښی.
١٠. ځکه چې نه پوهېږو ډېر ژر به ماشوم ته يو سر خوږی شي.
١١. ځکه چې ماشوم ته مو تر دې ښه وسايل نه دي چمتو کړي.
١٢. ځکه چې مور او پلار له ماشوم سره لوبې نه کوي او لرې دي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشوم وله څورو؟

۱. ځکه چې ورې څورونې د لويو زيانونو لامل گرځي.

۲. ځکه چې د تل لپاره به په څورونو باندې عادت شي.

۳. ځکه چې ښايي بيا ماشوم خپل احساسات ونشي پېژندی.

٤. ځکه چې هغه ځور چې زغمي يې ښايي تل پاتې شي.

۵. ځکه چې ماشوم همدا ځورول له لويانو څخه زده کوي.

٦. ځکه چې کېدای شي د ماشوم پام را اړولو په موخه وي.

۷. ځکه چې ځورول به د ژوند د يوه اړخ په توگه ومني.

۸. ځکه چې ماشوم له کورنۍ نه ملاتړ او هوساينه غواړي.

۹. ځکه چې که وځورول شي، نو د گناه احساس به وکړي.

۱۰. ځکه چې ځورول به په خپل ژوند کې د تل لپاره ومني.

۱۱. ځکه چې ځورول د اضطراب او سترس لامل گرځي.

۱۲. ځکه چې د ماشوم ځورول روزنه تکنۍ کولای شي.

CamScanner

(c) ketabton.com: The Digital Library

ولې ماشومان بغاوت کوي؟

١. ځکه چې ددې عمل اصلي لامل یې نه پیدا کوو.

٢. ځکه چې ماشوم او اندونو ته یې غوږ نه نیسو.

٣. ځکه چې له بې ځایه څور نه یې ځان نه ساتو.

٤. ځکه چې ماشوم مو ډله ییزو لوبو ته نه دی هڅولی.

٥. ځکه چې له ماشوم نه مو بښخي ډېرې تمې کوو.

٦. ځکه چې له ډېر نظم و ترتیب وضع کولو ډډه نه کوو.

٧. ځکه چې یو د بل ضد، ترتیبي شرایط پرې وضع کوو.

٨. ځکه چې په پرلپسې ډول مو د ماشوم ملاتړ نه کوو.

٩. ځکه چې د ماشوم پر وړاندې په خپله هم بغاوت کوو.

١٠. ځکه چې کېدای شي ماشوم د امن احساس ونه کړي.

١١. ځکه چې کېدای شي ماشوم له کوم لوري تهدید شي.

١٢. ځکه چې ښایي جنګ غوښتونکي او باغي ملګري به لري.

CamScanner

Get more e-books from www.ketabton.com
Ketabton.com: The Digital Library