

پوالمی رجنسی زنان (وصد پر سش)

نویسنده: بکر مردان بکر حمتی

بکر مردان: بهزاد رحمتی



سرشناسه	کریچمن، مایکل ال. Krichman, Michael L.
عنوان و نام پدیدآور	پویایی جنسی زنان (و صد پرسش) / نویسنده مایکل گرشمن؛ برگردان: بهزاد رحمتی
مشخصات نشر	تهران: فرهنگ و دانش، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۱۵۶ ص
شابک	۹ - ۷۱ - ۵۸۷۴ - ۹۶۴ - ۹۷۸
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
یادداشت	عنوان اصلی: 100 questions and answers about female sexual Wellness and vitality: a practical guide for the woman seeking sexual fulfillment, c 2010
موضوع	زنان - بهداشت
رشته	زنان - رفتار جنسی
موضوع	پزشکی زنان - به زبان ساده
موضوع	امور جنسی - آموزش به زنان
سده انتشار	رحمتی، بهزاد، ۱۳۹۲ - مترجم.
رده کتابخانه	۱۲۹۲ پ ۹ ک ۱۲۱ RG
رده بندی	۶۱۳ / ۰۲۲۲۲
شماره کتابشناسی	۳۳۹۲۴۹۶



پویایی جنسی زنان (و صد پرسش)

ناشر: فرهنگ و دانش

نویسنده: دکتر مایکل گرشمن

برگردان: بهزاد رحمتی

حروفچینی: خرمشاهی

ناظر چاپ: حامد محبی

شمارگان: ۱۰۰۰

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۲

شابک: ۹ - ۷۱ - ۵۸۷۴ - ۹۶۴ - ۹۷۸

قیمت: ۶۷۰۰۰ ریال

نشانی: میدان انقلاب، ابتدای خیابان آزادی، بعد از مترو، نردبانه به

جمالزاده شمالی، کوچه قائم مقام، پلاک ۳

تلفن: ۶۶۹۱۸۵۸۴ - ۶۶۴۲۴۱۰۱ - ۶۶۴۲۴۱۰۱

Site: www.farhangodanesh.com

Email: info@farhangodanesh.com

فهرست مطالب

مقدمه	۵
بخش اول: پرسش‌های مرتبط با کارکردهای طبیعی جنسی و مشکلات و اختلالات جنسی زنان	۹
بخش دوم: رابطه بین مسائل روانی با چگونگی تمایلات جنسی	۳۳
بخش سوم: ارتباط جنسی با شایستگی‌های خاص	۵۰
بخش چهارم: روش‌های مختلف درمان اختلالات جنسی	۷۲
بخش پنجم: واقعیت تحریکات فردی (خواب‌ارضایی)	۸۸
بخش ششم: هورمون درمانی اختلالات جنسی	۱۰۲
بخش هفتم: درمان مشکلات جنسی زنان به طریق غیرجراحی و درمان‌های غیررسمی	۱۱۰
بخش هشتم: جمع‌بندی مطالب مطروحه در این کتاب	۱۳

کتاب حاضر موسوم به «پویایی و نشاط جنسی زنان» است. اکنون ممکن است این پرسش در میان خواننده مطرح شود که اساساً چه ضرورتی‌هایی نگاشت این کتاب را توجیه می‌کند؟ پاسخ این است که ضرورت‌ها و دلایل چنین انتخابی را توجیه می‌کند. اولین دلیل این است که از آنجا که رفتارها و پدیده‌های جنسی زنان در قیاس با مردان آشکاراً پیچیده‌تر است این ویژگی کلیتاً سبب شده است که نه تنها مردان درک درستی از فیزیولوژی جنس زنان نداشته باشند بلکه خود زنان نیز در این رابطه دستخوش سردرگمی و ابهام شوند و این مسئله سبب می‌شود که زن و مرد از این زاویه نتوانند در تعامل درست برخوردار شوند. نکته مهم دیگری که در این رابطه همواره باید مورد توجه قرار گیرد این است که براساس نتایج حاصله از مطالعات دامنه‌دار و وسیع، اکنون ثابت شده است که بیش از ۶۰٪ زنان از طریق نزدیکی و مقابله رایج و مرسوم به‌سان مردان به اوج لذت جنسی و تخلیه هیجانی میل نمی‌شوند این در حالی است که تجربه کردن رضایت جنسی نه تنها سبب تقویت خودپذیری جسمی و جنسی زن می‌شود بلکه در عین حال از ابتلای زن به عارضه سردمزاجی جنسی نیز جلوگیری می‌کند. اکنون

پرشش دیگری که مطرح می‌شود این است که چرا فرد نمی‌تواند مشکلات و نارسایی‌های جنسی را نادیده بگیرد؟ شواهد و آمار و ارقام موجود حکایت از این دارد که امروزه در جوامع غربی از هر دو ازدواج، یک مورد مواجه با شکست و ناکامی شده و یکی از دلایل اصلی فروپاشی زناشویی این است که زن و شوهرهای امروزی به علت جهل و ناآگاهی، از ماهیت «سازگاری و رضایت دو طرفه جنسی» برخوردار نیستند. علت آن مشکل این است که زن و مرد در این رابطه به طور مطلق ناآگاه و غافل هستند. بله، زن و مرد از افسانه‌های جنسی رنج برده و این ماهیت باورهای ریشه‌دار سبب می‌شود که زن و مرد نتوانند رابطه‌ای رضایت‌بخش را تجربه کنند. برای مثال یکی از علل ناسازگاری جنسی زن و مرد این است که زن با سخاوت جنسی مردان سریع و یکنواخت بوده و این در حالی است که دخترهای این چنانی زنان بسیار کند و پیچیده است و این در حالی است که پایداری و ماندگاری ازدواج تنها در گروی رضایت جنسی متقابل زن و شوهر است چون نتایج حاصله از بررسی‌های دامنه‌دار حکایت از این دارد که زناشویی جنسی به میزان ۵۰٪ سبب فروپاشی ازدواج شده و بی‌ارتباطی زناشویی نیز عوارض جسمی و روحی پر دامنه‌ای را به زن و مرد تحمیل می‌کند. چون زن و مرد بخش قابل توجهی از لازمه‌های حرمت نفس خود را از پایداری ازدواج کسب می‌کند. گذشته از این، نکته مهمی که همواره باید آینه گوش زناشویی باوران باشد این است که وقایع مرتبط با ازدواج و طلاق همراه با بیشترین بازتاب‌ها و تأثرات روحی و روانی است. به زبان ساده‌تر، درد و تالم حاصله از طلاق و فروپاشی زناشویی، محسوساً بیشتر از تألمات

روحی حاصله از مرگ یک عزیز است. لذا براساس این واقعیت است که فرد باید تا سرحد امکان اسباب ماندگاری ازدواجش را تقویت کند و چون رضایت جنسی دو طرفه، نقش تعیین کننده‌ای را در پویایی ازدواج ایفا می‌کند و چون دستیابی به این مهم در گروی پویایی و نشاط جنسی زن است بدین جهت زن باید تا سرحد امکان در راستای خودشناسی، خودکاوی و خودپذیری جسمی سرمایه‌گذاری کند تا بدین وسیله هم به نشاط جسمی و روحی خود برسد و هم اینکه به ماندگاری و پایداری ازدواج کمک کند.

باری، با توجه به اوقات و اشارات گذرای فوق اکنون نه تنها می‌پذیریم که زنان از رفتارهای جنسی پیچیده‌ای برخوردارند بلکه در عین حال می‌دانیم که زن و مرد از این رویه‌ها به‌دلیل تغییر افسانه‌های خانمان سوزی هستند که غلبه بر این مشکل بزرگ مستلزم فلسفه‌زدایی از کارکردهای جنسی زن است و کتاب حاضر به علت بهره‌مندی از توانه پژوهشی قوی، بسادگی از پس این مهم برمی‌آید. خوشبختانه درک و فهم آگاهانه‌ای از اصولی جنسی مندرجه در این کتاب بسیار ساده است چون در این کتاب مسایل گوناگون جنسی زنان به شکل پرسش و پاسخ ارائه می‌شود.

پویا و بالا باشد

دکتر مایکل کری