

ازدواج بدون شکست

حاج - عمای ازدواج با تئوری انتخاب

نویسندگان:

دکتر ویلیم گلسر

و

کارلین گلسر

مترجم:

آرزو علیزاده

- سرشناسه : گلسر، ویلیام، ۱۹۲۵ - ۲۰۱۳ م.
- Glaser, William
- عنوان و نام پدیدآور : ازدواج بدون شکست: حل معمای ازدواج با تئوری انتخاب/ نویسندگان ویلیام گلسر و کارلین گلسر؛ مترجم آرزو علیزاده؛ ویراستار الناز حدادی.
- مشخصات نشر : تهران: نشر سیو، ۱۳۹۹.
- مشخصات ظاهری : ۱۹۲ ص؛ ۲۱/۱۴×۵/۵ س.م.
- شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۹۶۹۸۰۰-۶-۴۸۰۰۰۰ ریال
- وضعیت فهارسی : فیا
- یادداشت : عنوان اصلی : Getting together and staying together : solving the mystery of marriage, ۲۰۰۰.
- یادداشت : کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "ازدواج بدون شکست"، با هم رسیدن و با هم بودن و چگونه راز ازدواج را کشف کنیم با ترجمه سمیه خوش‌نیت‌نیکو، هدی برازنده توسط انتشارات محقق در سال ۱۳۸۳ و سپس با عناوین مختلف توسط ناشران متفاوت ترجمه و منتشر شده است.
- یادداشت : نویسنده: ازدواج بدون شکست (رازهای به هم رسیدن و با هم ماندن).
- عنوان دیگر : حل معمای ازدواج با تئوری انتخاب.
- عنوان دیگر : ازدواج بدون شکست (با هم رسیدن و با هم ماندن).
- عنوان دیگر : ازدواج بدون شکست، یا به هم رسیدن و با هم بودن و چگونه راز ازدواج را کشف کنیم؟.
- موضوع : زناشویی
- Marriage : موضوع
- موضوع : روابط زن و مرد
- Man-woman relationships : موضوع
- موضوع : نظریه کنترل
- Control theory : موضوع
- شناسه افزوده : گلسر، کارلین
- Glaser, Carleen : شناسه افزوده
- شناسه افزوده : علیزاده، آرزو، ۱۳۶۶ - ، مترجم
- رده‌بندی کنگره : HQ۷۳۴
- رده‌بندی دیویی : ۸۱/۳۰۶
- شماره کتابشناسی ملی : ۶۱۸۱۳۶۲

ازدواج بدون ششست (رازهای به هم رسیدن و با هم ماندن)	عنوان کتاب:
دکتر ویلیام گلسر / کارلین گلسر	نویسنده:
آرزو علیزاده	مترجم:
الناز حدادی	ویراستار:
نشر سبو	ناشر:
۳۹۹، چاپ اول	نوبت چاپ:
۱۰۰۰ نسخه	شمارگان:
۶-۹۷۸-۶۲۲-۹۱۹۸۰۰۰	شابک:
۴۸۰۰۰ تومان	قیمت:
۰۲۱ - ۶۶ ۴۹ ۶۰ ۱۴	تلفن مرکز پخش:
www.Sabook.ir	پایگاه اینترنتی:
info@Sabook.ir	پست الکترونیکی:

نشر سبو: تهران، خیابان فلسطین جنوبی، خیابان نوشیروان، پلاک ۱۴، درب خودرویی، واحد منفی یک

فهرست مطالب

۷	تیم مت مترجم
۹	چگونه این کتاب را وجود آمد
۱۳	فصل اول: ازدواج من یک راز است
۱۹	فصل دوم: وضعیت دیرلای
۲۹	فصل سوم: روانشناسی رهایی از کنترل
۳۷	فصل چهارم: داستان کارلین
۴۳	فصل پنجم: نیازهای اولیه: ارتباط این نیازها با ازدواج
۶۳	فصل ششم: رابطه‌ی جنسی پس از ازدواج
۷۵	فصل هفتم: بازخورد
۸۷	فصل هشتم: دنیای ما عشق‌مان را تأیید می‌کند
۹۷	فصل نهم: هسته‌ی ژنتیکی شخصیت ما: قدرت نیازهای ما
۱۳۴	فصل دهم: تنها رفتار شخصی‌مان را می‌توانیم کنترل کنیم

فصل یازدهم: رفتار کلی ۱۴۸

فصل دوازدهم: بازخورد بیش تر ۱۶۴

فصل سیزدهم: خلاقیت، مؤلفه‌ی نهایی نظریه‌ی انتخاب ۱۷۸

فصل چهاردهم: ازدواج شاد و خلاق ۱۸۶

مقدمه‌ی مترجم

«رابطه» مهم‌ترین نقش را در زندگی انسان‌ها ایفا می‌کند. ما انسان‌ها در رابطه با انسان‌های دیگر متولد می‌شویم، در رابطه زندگی می‌کنیم، در رابطه رشد می‌کنیم، در رابطه می‌آموزیم، در رابطه بهت و شخصیت‌مان شکل می‌گیرد، در رابطه شادی می‌کنیم، در رابطه با دیگران بخشن می‌شویم. شاید هیچ بُعدی از ابعاد تجارب زندگی انسان به اندازه‌ی رابطه‌ی دو فرد به اندازه‌ی اهمیت اشخاص مهم زندگی‌اند، سرشار از عاطفه و هیجان نباشد. قطعاً ایجاد رابطه با انسان‌ها کاری بسیار دشوار و گاه برای برخی اشخاص ناممکن است. اهمیت رابطه به اندازه‌ی است که رضایت از زندگی افراد به کیفیت آن بستگی دارد؛ زیرا رابطه با دیگران از طرفی می‌تواند حس تعلق، دلگرمی، و یاری‌رسانی در هنگام غلبه بر مشکلات را به وجود آورد و از طرف دیگر، می‌تواند به تعارض، ناامیدی، و به طور کلی فشار روانی منجر شود.

در هرحال، رابطه چه خوب و چه بد یا هر دو، هسته‌ی زندگی و تجربه‌ی انسان است. افراد در هنگام تعامل با هم در یکدیگر تأثیر می‌گذارند. نوع و کیفیت رابطه معمولاً با ساختار کلی شخصیت مرتبط است.

با پژوهش‌های متعددی که درباره‌ی رابطه‌ی صمیمانه و تأثیر آن بر رضایت از زندگی انجام شده است؛ ازدواج صمیمی‌ترین نوع رابطه و متفاوت از تمامی انواع روابط است. فاصله‌ی زیادی بین این رابطه و روابط دیگر وجود دارد. برای اکثر بزرگسالان شادمانی در زندگی بیش‌تر به ازدواج موفق و روابط زناشویی توأم با رضایت و خوشحالی وابسته است تا سایر زمینه‌های زندگی مانند کار، دوستی‌ها، تفریحات و سرگرمی‌ها یا فعالیت‌های اجتماعی مشترک خانواده. ازدواج رکن خانواده است و سلامتی ازدواج، سلامتی خانواده را رقم می‌زند. خانواده مانند هر نظام اجتماعی نیازهای اولیه‌ای دارد. از جمله‌ی این نیازها می‌توان به این موارد: (۱) نیاز به بقا (۲) نیاز

به عشق و تعلق، ۳) نیاز به قدرت، ۴) نیاز به آزادی، ۵) نیازی به سرگرمی اشاره کرد که این نیازها با احساس امنیت فیزیکی، صمیمیت و به هم وابستگی، ارزشمندی، مسئولیت‌پذیری، شادکامی توأمان است. ارضای این نیازها، رابطه‌ی سالم زناشویی را تضمین می‌کند و امکان رشد افراد را فراهم می‌آورد. در نتیجه، زن و مرد هر کدام با استفاده از مهارت‌های خاص خود به اتفاق، موسیقی هماهنگی را می‌نوازند.

کسب مهارت در شناخت نیازهای شخصیتی افراد، کمک بسیاری زیادی در حل اختلافات و مشکلات رایج در روابط آن‌ها می‌نماید. براین اساس، رفتارهای هر فرد که طو انتخابی است می‌تواند براساس نظریه‌ای به نام «نظریه‌ی انتخاب» گام مؤثری برای کسب مهارت‌های فردی و شخصیتی‌اش باشد، در جهت فراهم آوردن یک زندگی تمام با سازگاری و شادمانی.

کتابی که در این بخش دارید، حاصل تلاش اندیشمندانی در این زمینه است که شما را گام به گام به نیازهای هماهنگ و منظم، در زمینه‌ی نظریه‌ی انتخاب برای حل مشکلات زندگی و به خصوص مشارکت مؤثر و کارآمد در ازدواج و زندگی مشترک فرامی‌خواند.

امید آن که روشنی‌بخش و راهنمایی برای تمامی جوانب زندگی‌تان باشد و درس‌های سودمندی از آن فراگیرید.

آرزو علیزاده