

زنانی که

مردان عاشقشان میشوند

باب گرانت

مترجم: فاطمه ساری زاد

باب گرانت bab grant

زنانی که مردان عاشقشان میشوند. / باب گرانت . مترجم : فاطمه ساری زاد . قم : انتشارات
آپامهر، ۱۳۹۲

ISBN: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۴۶-۱۷-۰

۱۶۰ ص ۵۰۰۰۰ ریال

فهرست نویسی براساس اطلاعات فیپا

۱. زنان. روانشناسی. ۲. جنس مونث (روانشناسی) ۳. تفاوت‌های جنسی (روانشناسی) ۵. روابط

اشخاص

۱۵۵/۶۳۳

HQ ۱۹۰ / ۵ / ۹ / ۲

نام کتاب: زنانی که مردان عاشقشان میشوند

مولف: باب گرانت

مترجم: فاطمه ساری زاد

ناشر: آپامهر

نوبت: چاپ اول / ۱۳۹۲

شمارگان: ۳۰۰۰ نسخه

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۴۶-۱۷-۰

کلیه حقوق این اثر متعلق به انتشارات آپامهر می‌باشد.

مرکز پخش: قم، خیابان معلم، معلم ۱۰، سه راه جوی شور، جنب فضای

سبز، پلاک ۱۴۲ تلفن: ۰۲۵-۳۷۸۳۴۱۷۶

پخش برگ: ۰۹۱۲۵۵۳۳۱۳۵ پخش گلسار ۰۹۱۲۵۸۰۶۴۷۳

فهرست عناوین

۷		مقدمه
	فصل اول	
	آسیب پذیری	
۱۹		سخت تلاش کردن
۲۱		توانایی تحت تأثیر قرار دادن
۲۲		کلمات مخصوص خانم هاست
۲۵		بله! گفتم قدرت
	فصل دوم	
	خواستۀ واقعی مردان چیست؟	
۳۰		آن زن به او احساس خوبی می دهد
۳۶		اگر مرد سر باشد، پس زن قلب است
۴۰		نقش مغز در روابط
۴۲		احساس درد و خلاء عاطفی
۴۷		زیبایی
	فصل سوم	
	به حس خود توجه کنید	
۵۶		حس چیست؟
۵۹		به آنچه حستان می گوید توجه کنید
	فصل چهارم	
	مرگ قطعی رابطه	
۶۶		صدها کیلو خشم
	فصل پنجم	
	بخشش و عفو	
۷۸		مراحل بخشش
	فصل ششم	
	اسرار یک رابطه موفق	
۸۸		نسبت محرمانه

۹۰ خودتان باشید.

۹۲ تفاوت احساس و هیجان.

فصل هفتم

تعیین تیپ شخصیت

۹۹ سر یا قلب

۱۰۶ آنچه مردان دوست دارند و زنان نیاز دارند

فصل هشتم

هیچ مردی حریف زنی که احساسات

خود را در اولویت قرار می‌دهد، نمی‌شود

۱۱۷ شما یک چراغ جادو دارید

فصل نهم

شخصیت و بصیرت

۱۲۶ یافته‌ها و افسانه‌ها

۱۲۸ درونگرا یا برونگرا

۱۳۴ زمانبندی

۱۳۷ هرچه آنها را صدا کنید، همان می‌شوند

۱۴۰ قانون تعادل

۱۴۴ چرا مردان گوش نمی‌کنند

۱۴۶ مردانی که این راهکار در مورد آنان سودی نمی‌بخشد

فصل دهم

مردان آرزو دارند که زنان بدانند

۱۴۹ ۱- همه مردان دوست دارند بتوانند یک زن را بخندانند

۱۵۰ ۲- مردان زنی را دوست دارند که از محبت‌های آنها لذت ببرند

۱۵۲ ۳- کمک کردن بیش از حد به مردان شما را به مادرشان تبدیل می‌کند

۱۵۳ ۴- مثل دخترها لباس بپوشید

۱۵۴ ۵- شما دارای دکمه «روشن» هستید

فصل یازدهم

آنچه قابل پیش‌بینی است

مقدمه

آیا تا به حال پیش آمده که در مورد روابط خود بیندیشید و سپس احساس کنید یک جای کار می‌لنگد؟ احتمالاً شما نیز مانند بسیاری از مراجعان من فرد مجردی هستید که روابط اجتماعی خوبی دارید. برای آشنایی بیشتر با افراد بسیاری قرار می‌گذارید و از خود می‌پرسید که چرا با وجود این نمی‌توانید فرد مورد نظر خود را پیدا کنید، یا احتمالاً مثل بعضی مراجعان متأهل من هستید؛ یعنی زمانی که شریک زندگی خود را پیدا کرده‌اند اما احساس می‌کنند در این زندگی مشترک، عشق را گم کرده‌اند.

بسیار خُب، برای شما خبرهای خوبی دارم. اگر می‌خواهید قرارهای آشنایی سنجیده‌تری بگذارید، همسر مناسبی پیدا کنید، یا آتش عشق را در زندگی مشترک خود شعله‌ور کنید کتاب مناسبی را انتخاب کرده‌اید. من در طول ۱۶ سال گذشته با زنان بسیار زیادی صحبت کرده‌ام و متوجه شده‌ام که برخی از آنها در برخورد با مردان مهارت بسیار بالایی دارند. گویا این زنان خصوصياتی دارند که ایشان را قادر می‌سازد به راحتی مردان را جادو کنند. وقتی از بیرون به این موضوع نگاه می‌کنیم به نظر می‌رسد این زنان دارای یک نیروی جادویی هستند. من در صفحات بعدی برای شما توضیح خواهم داد که این چه سرّی است و چگونه می‌توانید به مانند این زنان فکر و عمل کنید. بعضی از توصیه‌های من جنبهٔ عملی خواهد داشت، در حالی که مابقی بیشتر تئوری هستند. پیش از این که شروع کنیم از شما خواهشی دارم؛ همانطور که استفاده از این مهارت‌ها و بینش‌ها را در زندگی خود شروع می‌کنید لطفاً صبور هم باشید. رسیدن به مرحله‌ای که در آن به راحتی بتوانید مهارت‌های جدید این کتاب را اجرا کنید مقداری طول می‌کشد. در واقع

بعضی از این مفاهیم با باورهایی که پیش از این دربارهٔ مردان و روابط با آنها داشته‌اید کاملاً متفاوت هستند.

این کتاب اصولی را ارائه می‌دهد که هم برای افراد مجرد و هم برای آنان که متأهل می‌باشند کاربرد دارد. ضمن این که هم می‌توانید از بعضی از این اصول بهره ببرید و هم از تمام آنها. به عبارت دیگر مجبور نیستید به توصیه‌های موجود در این کتاب به عنوان برنامه‌ای نگاه کنید که یا باید همهٔ آن را اجرا کنید یا هیچ کدام را. فقط کافی است آنچه می‌گوییم را بخوانید و هرگاه به توصیه‌ای رسیدید که به نظر می‌آمد برای موقعیت شما مناسب است آن را امتحان کنید.

اجازه دهید با جمله‌ای شروع کنم که با خواندن این کتاب نیز کاملاً مشخص خواهد شد. این کتاب برای زنان نوشته شده است. توصیه‌ها، بینش‌ها و تغییراتی که باید در یک رابطه بوجود بیاید (حداقل در ابتدا) باید توسط زنان صورت گیرد. این موضوع اصلاً به این دلیل نیست که من بعنوان یک مرد اعتقاد داشته باشم زنان مقصر تمام مشکلات موجود در روابط هستند و یا این که احساس کنم مسئولیت زنان است که همیشه مشکلات موجود در یک رابطه را حل کنند. بلکه این موضوع فقط به این دلیل است که من در تمام سال‌های فعالیت خود به عنوان یک درمانگر، متوجه شده‌ام که عمدتاً این زنان هستند که به ارتقاء و بهبود روابط خود علاقمند می‌باشند. هنگامی که در مطب خود هستم دیدن زنی که به دنبال توصیه‌هایی برای چگونگی برخورد با موضوع خاصی در روابط خود می‌باشند بسیار عادی‌تر از دیدن یک مرد یا حتی یک زن و شوهر است. زنان به طور کلی علاقه بیشتری به موضوع بهبود روابط دارند.

مردان اغلب فکر می‌کنند «مشکلی در رابطهٔ خود ندارند» مگر زمانی که یک انفجار رخ دهد. در یک رابطه به طور معمول این زنان هستند که خواهان پیشرفت بهبود و نزدیکی بیشتر هستند. یک زن دائماً در جستجوی

راه‌های جدید برای رسیدن به هدف خود می‌باشد. حال چه شریک زندگی‌اش در این جستجو به او کمک کند یا نه.

از سوی دیگر از نظر یک مرد، رابطه بیشتر مانند یک مبارزه است تا یک مسافرت. برای مرد رابطه دارای یک شروع و یک پایان است که ازدواج طبق معمول همان انتها یا «خط پایان» است. شعار مردان این است: «فقط کافی است دختر را به من نشان دهی تا آن را از آن خود کنم». پس از آن که خطبه عقد جاری شد، مرد کاملاً معمولی شما با فرض این که در میدان مبارزه پیروز شده، سهم خود را بدست آورده و به هدف خود دست یافته است خیلی راحت می‌نشیند و به استراحت می‌پردازد. هرگز و یا بسیار به ندرت اتفاق می‌افتد که احساس کند هنوز هم باید تلاش کند یا این که فکر کند هنوز از او انتظار می‌رود پیشرفت کند. از نظر او بخش مشکل کار تمام شده و اکنون زمان آن فرا رسیده که حق و حساب خود را بگیرد و از حاصل دست‌رنج خود استفاده کند. اگر چنین مردی را به حال خود بگذارید هرگز به سوی مراکز مشاوره نخواهد رفت چرا که مردان بسیار به ندرت چنین نیازی را احساس می‌کنند. حتی اگر متوجه نیازی در رابطه زناشویی خود شوند احتمالاً نمی‌توانند (یا تمایلی ندارند) این نیاز را شناسایی کنند. اگرچه اغلب مراجعان من خانم هستند اما هر از چند گاهی یک مرد برای مشاوره درباره روابط زناشویی به مطب من می‌آید. هرگاه مردی برای حل مشکلات مربوط به رابطه خود برای مشاوره نزد من می‌آید معمولاً موضوع یکی از این دو مورد است: یا خود را در حال کمک کردن به پسر می‌یابم که می‌خواهد برای خود یک نفر را پیدا کند (مثلاً می‌خواهد عضویک بنگاه دوست‌یابی شود) یا در حال مشاوره دادن به شوهر و یا نامزدی هستم که چندین عمل احمقانه انجام داده و اکنون به دنبال همان کلمات جادویی است که با بیان آنها به همسر خود دوباره وضعیت را به حالت عادی بازگرداند. بله خانم‌ها! من واقعاً مراجعان مردی داشته‌ام که فقط به همین

دلیل نزد من آمده‌اند - نه برای روان درمانی یا مشاوره (بسیاری از افراد متوجه نمی‌شوند که مسائل پیچیده‌تری نیز ممکن است وجود داشته باشد) - فقط برای یافتن جمله‌ای که مثل یک ورد دل یک زن را نرم کند مراجعه می‌کنند. اگر فیلم رکسانا را دیده باشید دقیقاً منظور من را متوجه می‌شوید. چه این موضوع را باور کنید، چه نکنید چنین مردانی به واقعیت بسیار نزدیک‌تر از آن مردانی هستند که شاید شما در ذهن خود ساخته‌اید. در حقیقت من متوجه شده‌ام که زنان نسبت به مردان علاقه و توانایی بیشتری در تأثیر گذاشتن بر روی جنس مخالف دارند. هرگاه به مراجعان خود نگاه می‌کنم اعتقاد بیشتری به این موضوع پیدا می‌کنم که چرا که بیش از نیمی از مراجعان متأهل من زنانی هستند که خودشان به تنهایی به مشاوره می‌آیند. بنابراین پیش از آن که صفحات بیشتری بخوانید لطفاً آگاه باشید که با دنبال کردن ایده‌ها و توصیه‌های این کتاب به عنوان طرف زن در یک رابطه از شما خواسته می‌شود که تغییری را در رابطه خود ایجاد کنید. هدف شما چه از بین بردن روزمره‌گی، و چه پیوند دوباره یک رابطه به هم خورده و یا فقط پیدا کردن شریکی برای زندگی باشد، در صفحات بعدی توصیه‌های مفیدی را خواهید یافت. پس از سال‌ها تجربه این کتاب نتیجه نهایی یک موضوع است: راهکارهای کاملاً مؤثر. شما با ارتقاء ویژگی‌های خود می‌توانید همسران را تحت تأثیر قرار دهید یا حتی فردی را وارد زندگی خود کنید. این کتاب راجع به تغییرات مثبتی است که شما می‌توانید در خود بوجود آورید و منجر به ایجاد تغییرات مثبت در روابطتان شوید. این تغییرات موجب ارتباطات بهتر، صمیمیت بیشتر و در درجه اول پیدا کردن درک بهتری از این مسأله است که اصلاً چرا مشکلات بوجود می‌آیند. حال که این مطلب گفته شد اجازه دهید شروع کنیم!