

مردان مریخی، زنان ونوسی

چگونه روابط زناشویی خود را بهبود بخشیم

دکتر جان گری

مهدی قراچه‌داغی

www.ketab.ir

نشر ذهن آویز

تهران، ۱۴۰۰

سرشناسه: گری، جان، ۱۹۵۱ - م. (Gray, John)
عنوان و نام پدیدآور: مردان مریخی، زنان ونوسی: چگونه روابط زناشویی خود را بهبود بخشیم / جان گری:
مشخصات نشر: تهران: ذهن آویز، ۱۴۰۰.
مشخصات ظاهری: ۳۶۸ ص.
شابک: 978-964-7390-49-1
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی:

Men are from mars, Women are from venus:
a practical guide, communication and getting..., c1992

عنوان دیگر: چگونه روابط زناشویی خود را بهبود بخشیم.
موضوع: زناشویی.
موضوع: زناشویی - روابط.
موضوع: روابط بین اشخاص.
شناسه افزوده: قراچه‌داغی، مهدی، ۱۳۲۶ - مترجم.
رده‌بندی کنگره: پ ۱۳۸۹ م ۴ ک / HQ ۷۳۴
رده‌بندی دیویی: ۶۴۶/۷۸
شماره کتابخانه ملی: ۱۱۵۵۱۱۶

این کتاب ترجمه‌ای است از:
MEN ARE FROM MARS, WOMEN ARE FROM VENUS

by: John Gary, Ph.D.
Harper Collins, New York, 1992

ویراستار: شهلا ارژنگ
سیر پیش‌تولید: پیمان آرایش
چاپ شصت و پنجم: زمستان ۱۴۰۰
شماره نسخه‌های این چاپ: ۳۰۰۰

حق چاپ برای نشر ذهن آویز محفوظ است
چاپ و سحافی: پیکان
مدیر تولید: عماد درنایی
مرکز بخش: مؤسسه گسترش فرهنگ و مطالعات
تلفن و دورنگار: ۷۷۳۵۴۱۰۵
آدرس اینترنتی: zehnavizpub.ir

قیمت: ۷۵۰۰۰ تومان

فهرست

۱	مقدمه
۱۱	فصل ۱ / مردان مریخی، زنان ونوسی
۱۹	فصل ۲ / آقای همه چیزدان و کمیته اصلاح
۳۸	فصل ۳ / مردان به غار خود می روند و زنان حرف می زنند
۵۵	فصل ۴ / چگونه به همسر خود انگیزه بدهیم
۷۸	فصل ۵ / گفتگو به زبانهای مختلف
۱۱۹	فصل ۶ / مردان به کش شباهت دارند
۱۴۵	فصل ۷ / زننها به موج شباهت دارند
۱۷۱	فصل ۸ / نیازهای احساسی متفاوت
۱۹۲	فصل ۹ / چگونه از مشاجره بپرهیزیم
۲۲۴	فصل ۱۰ / امتیاز جمع کردن با همسر
۲۶۰	فصل ۱۱ / چگونه احساسات ناخوشایند خود را...
۳۰۶	فصل ۱۲ / چگونه درخواست کمک کنیم و...
۳۳۹	فصل ۱۳ / عشق ماندگار

مقدمه

یک هفته پس از تولد دخترمان، لورن، من و همسرم، بونی، به شدت از پای درآمدن بودیم. لورن هر شب ما را بیدار می‌کرد. بونی زایمان دشواری را داشت سر گذاشته بود و برای تخفیف درد قرصهای مسکن می‌خورد. حرف زدن برای او دشوار بود. پس از پنج روز که برای کمک به بونی در منزل ماندم، به سرکارم برگشتم به نظر می‌رسید که حال بونی رو به بهبود است. در دفتر کارم بودم که قرصهای مسکن بونی تمام شد و او به جای اینکه به دفترم زنگ بزند، از یکی از برادرانم که به دیدار او رفته بود خواست که برایش چند عدد قرص مسکن خریداری کند. اما برادرم با قرص برنگشت و در نتیجه بونی تمام مدت روز را با تحمل درد پشت سر گذاشت و از لورن مراقبت کرد.

من هرگز نمی‌دانستم که او روز سختی را پشت سر گذاشته است؛ وقتی به منزل مراجعت کردم، او را بسیار ناراحت یافتم. ناراحتی او را به اشتباه ارزیابی کردم و به ذهنم رسید که قصد سرزنش مرا دارد.

بونی گفت: «تمام مدت روز درد کشیدم... قرصهای مسکنم تمام شد؛ تک و تنها در رختخواب افتادم و کسی به من کمک نکرد.»

درحالی که لحن تدافعی گرفته بودم به او گفتم: «چرا به من زنگ نزدی؟» بونی پاسخ داد: «از برادرت خواهش کردم که برایم قرص مسکن بخرد،