

سرشناسه: هاروی، استیو، ۱۹۵۶-م. Harvey, Steve
عنوان: مثل مردها فکر کنید، مثل زن ها رفتار کنید
تکرار نام پدیدآور: مؤلف هاروی، استیو؛ مترجم محمد رضا اکبری
مشخصات نشر: قم، فانوس دانش، ۱۳۹۷
مشخصات ظاهری: ۱۷۶ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۲۵۷-۵-۷ ISBN

نویسنده: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Act like a bady tink lik a man: Wath man really

موضوع: روابط زن و مرد

موضوع: مردان - روانشناسی

موضوع: همسرگزینی

شناسه افزوده: اکبری، محمد، مترجم

رده بندی کتبی: ۱۳۹۷، ۲ و ۸۰۱ HQ

رده بندی دیوبی: ۷/۷

شماره کتابشناسی ملی: ۸۱۹، ۴۸۰

مؤلف: استیو هاروی

مترجم: محمد رضا اکبری

ناشر: فانوس دانش (ترویج کتابخوانی)

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۵۰۰ نسخه

صفحه آرا: زیبا کتاب

قیمت: ۲۰،۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۹۲۵۷-۵-۷

مرکز پخش فانوس دانش

۰۲۵-۳۷۸۳۴۵۳۰

۰۹۱۹۱۷۲۹۲۰۰

کلیه حقوق این اثر متعلق به انتشارات فانوس دانش می باشد.



فهرست مطالب

۹.....مقدمه

۹.....آن چه در مورد مردان باید بدانید

۱۵.....فصل اول: دنیای ذهن مردان

۱۷.....بخش اول: انگیزه‌های یک مرد

۲۳.....بخش دوم: عشق مردها مثل عشق شما نیست

۲۵.....ابراز عشق

۲۷.....تامین خواسته‌ها

۳۱.....زیرا این کاری بود که به عهده من گذاشته شده بود

۳۰.....محافظت

۳۷.....بخش سوم: سه چیزی که هر مرد نیاز دارد

۳۷.....حمایت، وفاداری، و رابطه جنسی

۳۹.....نیاز اول: حمایت شما

۴۱.....نیاز دوم: وفاداری شما

۴۱.....نیاز سوم روابط جنسی

بخش چهارم: «ما باید حرف بزنیم» ۴۵

و عباراتی از این دست مرد را آشفته می سازد! ۴۵

فصل دوم: دلیل مردها برای رفتارشان چیست ۵۳

بخش پنجم: اول، موارد مهم تر ۵۵

موریت او در باشگاه این است. ۵۷

بخش ششم: چگونه مردها زنانی را که قصد ازدواج دارند از بازیچه

تشخیص می دهند ۶۱

چطور تشخیص دهد که یک مرد به دنبال زنی متعهد است یا به دنبال بازیچه .. ۷۱

ماهی که به خانه برآید (شور زن متعهد) ۶۳

یک ماهی تفریحی (بازیچه) ۶۳

بخش هفتم: پسرهای مامانی ۷۳

بنابراین شما باید آن ها را بیان کنید. ۷۷

بخش هشتم: چرا مردها خیانت می کنند؟ ۸۱

او به اهدافی که در ذهن داشته و باید به آن ها دست می یافت، نرسیده و یا

زنی که واقعاً دوست داشته باشد را نیافته است. ۸۶

بزرگ ترین دلیل این است که همیشه زنی وجود دارد که او را بفریبد ۹۰

خانه مثل گذشته نباشد ۸۸

مردها فکر می کنند می توانند از عهده ی این کار بر بیایند ۹۴

فصل سوم: چطور برنده‌ی این بازی باشیم ۹۵

بخش نهم: مردها به معیارهای شما احترام می‌گذارند - معیارهایی

برای خود تعیین کنید ۹۷

بخش دهم: پنج پرسشی که هر زن پیش از آنکه وارد رابطه‌ای عمیق

شود باید پرسد ۱۰۷

اهداف بلند مدت شما چیست؟ ۱۱۳

اهداف کوتاه مدت شما در زندگی چیست؟ ۱۱۰

پرسش اول ۱۱۰

پرسش پنجم ۱۱۸

پرسش چهارم ۱۱۷

پرسش دوم ۱۱۳

پرسش سوم ۱۱۴

چه احساسی به من داری؟ ۱۱۸

دیدگاه شما در مورد رابطه چیست؟ ۱۱۴

نظرت در مورد من چیست؟ ۱۱۷

و بعد با «سندباد» ملاقات کردم ۱۱۴

بخش یازدهم: قانون نود روز ۱۲۳

احترامی که سزاوار آنید دریافت کنید ۱۲۱

این مرد در تنگنا و فشار مشکلات چه واکنشی دارد؟ ۱۱۱

این واقعیتی است که وجود دارد ۱۲۸

بله، به همین سادگی ۱۳۳

کامل‌در اشتباهید ۱۲۸

واکنش او به خبرهای بد چیست؟ ۱۳۲

وقتی به او می‌گویید به مشکلی برخوردیده‌اید چه عکس‌العملی نشان می‌دهد؟ ... ۱۳۰

وقتی به مرد می‌گویید «نه» چه واکنشی نشان می‌دهد؟ ۱۳۲

بخش دوازدهم: پیش از تصمیم‌گیری جدی، او را با بچه‌ها آشنا کنید ... ۱۳۵

ر پدر خوبی خواهد شد اگر... ۱۴۴

همین الان این شوه دست بردارید ۱۳۶

بخش سیزدهم: زنان مقتدر، مستقل و تنها ۱۴۷

بنابراین چه سرور با چنین موقعیتی کنار می‌یابیم؟ ۱۵۴

چگونه در منزل جاگاه زنانه خویش را حفظ کنیم. ۱۵۷

چگونه در یک وعده‌ی ملاقات جایگاه زن خود را حفظ کنیم. ۱۵۷

خیلی تلخ است اما واقعیت دارد ۱۵۱

دنایای بدون زن‌ها چیزی شبیه این خواهد بود: ۱۴۷

شما پاداش نهایی تلاش‌های ما هستید ۱۴۹

مدتی بعد، او همسرش را ترک کرد. ۱۵۳

می‌توانید این کار را امتحان کنید. ۱۵۵

بخش چهاردهم: چگونه حلقه‌ی ازدواج را به دست آوریم ۱۵۹

این کاریک حماقت مسلم است ۱۶۲

مرد شما خواسته‌ی شما را می‌داند: تعهد نهایی - حلقه‌ی ازدواج ۱۶۰

من دوست دارم که از او محافظت کنم. ۱۶۸

بخش پانزدهم: پاسخ‌های کوتاه به سوالاتی که همیشه می‌خواستید

آن‌ها را بپرسید ۱۶۹

آیا درست است در طول روز که مرد در حال کار است، با او تماس بگیریم؟ ... ۱۸۰

- آیا درست است که حس حسادت مرد خود را تحریک کنید تا بداند اگر
 بخواهید می توانید با مردان دیگری ارتباط داشته باشید؟ ۱۷۷
- آیا زن در هنگام آشنایی و نامزدی باید به مرد هدیه دهد؟ ۱۷۲
- آیا شوهرم انتظار دارد با مادر فرزندش دوست باشم؟ ۱۸۰
- آیا زنی که به ورزش مشکلی ایجاد می کند؟ ۱۷۴
- آیا مردها از این که از گذشته شان پرس و جو کنیم ناراحت می شوند؟ ۱۷۷
- آیا مردها از همسر خود نزد مردهای دیگر صحبت می کنند؟ ۱۷۸
- آیا مردها به طور نهانی ارزش های زن را برای مادر بودن و خانه داری ارزیابی
 می کنند؟ ۱۸۱
- آیا مردها به شماره همسران می دهند؟ ۱۸۳
- آیا مردها خرید را درست می کنند؟ ۱۷۴
- آیا مردها در ارتقا و بهبود شغل زن به او کمک خواهند کرد؟ ۱۷۳
- آیا مردها زنی را که آشپزی می کند به زنان که این کار را نمی کنند ترجیح می دهند؟ ۱۸۱
- آیا مردها مایل به دوستی یا ازدواج با زنی که سیگار می کشد هستند؟ ۱۷۱
- آیا مردها نگران فریب کاری و خیانت زن ها هستند؟ ۱۸۳
- احساس مردها از این که با زنی بسیار جوان تر از خود آشنا شوند چیست؟ ۱۷۰
- از نظر مردان زن جذاب و خواستنی چگونه زنی است؟ ۱۶۹
- اگر مرد از خانواده ی زن خوشش نیاید، آیا به رابطه اش ادامه می دهد؟ ۱۷۹
- آیا شاغل نبودن زن باعث نگرانی تان می شود؟ ۱۷۳
- آیا مرد با زنی که به خاطر مسائل شغلی مجبور به تغییر مکان است،
 همراهی می کند؟ ۱۸۲
- بعد از مشاجره ی بین زن و مرد، چه مدت رابطه ی زناشویی را قطع کنیم؟ ۱۷۶
- چرا برخی مردان همسر خود را کتک می زنند؟ ۱۷۸
- چه طور می توان نارضایتی از رابطه زناشویی را به مردها نشان داد؟ ۱۷۵
- در صورتی که خواهان رابطه ی بیش تر و نزدیک تری هستیم، چه باید کنیم؟ ۱۷۵

در صورتی که خواهر یک مرد نامزد او را نپسندد، آیا او از رابطه اش دست می کشد؟ ۱۷۹.....

علامت بین المللی و شناخته شده مردها برای نشان دادن این که دیگر به حرف های ما گوش نمی کنند چیست؟ ۱۸۱.....

مردان در مورد دوست های همسرشان چه نظری دارند؟ ۱۷۸.....

زنها درباره ی شایعات چه نظری دارند؟ ۱۷۸.....

مردها در مورد پدر فرزند ما چه احساسی دارند؟ ۱۷۹.....

مردها در مورد بی بی که از آن ها درخواست پول می کنند چه نظری دارند؟ ۱۷۳.....

مردها در مورد کاریابی که زن ها برای غافلگیر کردن آن ها انجام می دهند چیست؟ ۱۸۳.....

مردها در مورد نحوه ی ارتباط همسر خود با مادرشان چه نظری دارند؟ ۱۷۹.....

مردها زن لاغر را ترجیح می دهند یا زن چاق؟ ۱۷۱.....

مردها کفش پاشنه بلند را ترجیح می دهند یا کفش اسپرت؟ ۱۷۲.....

نظر مردان در مورد آشنایی با زنی از نژاد دیگر چیست؟ ۱۷۵.....

نظر مردان در مورد جراحی های زیبایی، بافت مو، لنزهای رنگی، ناخن های مصنوعی و... چیست؟ ۱۷۰.....

نظر مردها درباره ی روابط آزادانه چیست؟ ۱۷۶.....

نظر مردها در مورد ارتباط همسرشان با مردهای دیگر چیست؟ ۱۷۷.....

نظر مردها نسبت به خانه داری زن ها چیست؟ ۱۸۲.....

نظر مردها نسبت به همسرشان وقتی دچار افزایش وزن شده یا نسبت به ابتدای رابطه دچار تغییراتی شده چیست؟ ۱۷۱.....

نظر واقعی مردها در مورد زن هایی که رانندگی می کنند چیست؟ ۱۷۴.....

وقتی مردها در پی ایجاد رابطه ای بلند مدت هستند، آیا به جزئیاتی مثل وجه موجود در کارت اعتباری زن و شرایط اقتصادی او اهمیت می دهند؟ ۱۸۲...



مقدمه

آن چه در مورد مردان باید بدانید.

بیش از بیست سال از عمر خود را صرف خنداندن مردم به امور مرتبط با رابطه‌ی بین انسان‌ها کرده‌ام. شوخ طبعی من همیشه برگرفته از حقایق و با اتکا به معرفتی نهانی بوده است. معرفت و شناختی که حاصل تجربه، مشاهده، یادگیری و کسب دانش است. بعضی معنقدند لطیفه‌های من به این علت برای مردم خوشایند است که قادر به تالیف آن‌ها است. به خصوص مواردی که بر عوامل موثر بر چگونگی رابطه زن و مرد اشاره دارند. میزان توجه مردم به این چگونگی حتی وقتی راه حلی برای آن ندارند همیشه من را شگفت زده کرده است. در طول سفرهایم کشف کرده‌ام که: (الف) جمع کثیری از زنان در مورد مردها آگاهی و سررشته‌ای ندارند. (ب) مردان در رابطه خود با زن‌ها دچار مشکلات زیادی هستند چون زن‌ها چگونگی تفکر آن‌ها را درک نکرده‌اند. (ج) من اطلاعات ارزشمندی برای تغییر این وضع در اختیار دارم.

این موضوع را زمانی فهمیدم که با «برنامه صبح‌گاهی استیو هادری» بخش رادیو منتقل شدم. پیش از آن، زمانی که این در لوس آنجلس پایه‌گذاری شد، قسمتی به نام «ازاستیو پرسید» را در برنامه قرار دادم که در آن زنان می‌توانستند با من تماس گرفته و در مورد روابطشان هرگونه پرسشی مطرح کنند. این در وهله‌ی اول، راه جالبی برای ساختن لطیفه‌های خنده‌دار و نمایش‌های

شاد و موفق به نظر می رسید. اما طولی نکشید که متوجه شدم آن چه شنودگان من - که اکثراً از زنان بودند - با آن دست به گریبان هستند، موضوع خنده داری نیست. آن ها نیازها و دغدغه های زیادی در زندگی دارند

که سعی می کنند راه چاره ای برای آن ها بیابند - مواردی همچون آشنایی و رابط با جنس مخالف، تعهد، امنیت، مسائل خانوادگی، آرزوهایی برای آینده، جنویت، مشکلات خانواده ی همسر، تصویر ذهنی از بدن خود، سالخوردگی، روابط دوستانه، تعادل بین شغل و امور منزل، تحصیل و ... شخصی از من - واسه - که عنوانی برای این مجموعه انتخاب کنم. عنوان فهرست موضوعات من، علاقه زن ها، مردان هستند.

شنودگان زن و سبأ به بیال پاسخ سوالات خود بودند. پاسخ به این سوال که چگونه در یک رابطه، معادل آن چه می بخشند، دریافت کنند. در بخش «از استیو پرسید» و بعد از آن در «نامه های توت فرنگی» که اکنون در «برنامه ی صبحگاهی استیو هاروی» اجرا می شود، نشان نشان داده اند که در رابطه با مردان، خواهان یک تبادل برابر هستند. آن ها می خواهند عشقشان را همان گونه که می بخشند، متقابلاً از مردها دریافت کنند. آن ها می خواهند همان اندازه که برای زندگی عاشقانه با همسران شان تلاش می کنند از سوی آن ها نیز این تلاش بی پاسخ نماند. آن ها می خواهند موج سرشار از عواطفی که به سوی مردان روانه می کنند، با همان شدت و هیجان پاسخ داده شود. انتظار از آن ها این است که ارزش و پاداشی که بر تعهد خود نهاده اند از طرف مردان نیز مورد احترام قرار گیرد. مشکل اکثر زنانی که با برنامه رادیویی من تماس می گیرند این است که در روابط خود واکنش متناسبی از سوی مردان دریافت نمی کنند و این ناکامی در روابط، آنان را دچار سرخوردگی، محرومیت از حق خود و دلسردی می کند. پس از این که برنامه لطیفه ها به پایان می رسد و من به سوالات آن ها فکر می کنم سردرگم و متحیر می شوم. هر چند این افراد احتمالاً تجربه هایی در ارتباط با مردان داشته اند (به صورت دوست، شوهر، پدر، برادر یا همکار) با این

وجود هنوز نمی‌دانند چه طور به عشقی که می‌خواهند و استحقاقش را دارند دست یابند. حقایقی که زنان در جستجویش هستند، مثل مردها، برای شان روشن نیست. در حد ممکن تلاش می‌کنند اما به ما دست نمی‌یابند.

من با در نظر داشتن این نکته، دست از لطیفه‌گویی برداشتم و با شنوندگانم رواقعیات سخن گفتم. سعی کردم شناخت و تدبیر در مورد مسائل مردان را وارد این عرصه کنم. دانشی که حاصل بیش از نیم قرن تلاش و تحقیق براین مفهوم بود که چگونه یک مرد باشیم. با افرادی که ورزشکار، بازیگر سینما و تلویزیون، سهامدار بیمه، بانکدار، راننده کامیون، مربی بسکتبال، وزیر، رهبر پشاهانگان، مدیر فروشگاه، بن‌حار و زندانی و حتی کلاهبردار بودند مصاحبه‌هایی ترتیب دادم. تنها چیزی که در مورد همه‌ی ما به عنوان انسان صدق می‌کند این است که بسیار ساده هستیم. همه‌ی ما به یک شکل فکر می‌کنیم.

وقتی از زاویه دید مردان به سوالات پاسخ می‌دهم، به تدریج زنان شنونده درمی‌یابند که چرا پیچیدگی‌ها و ریزه‌کارهایی که در محدوده روابط خود با جنس مخالف ایجاد می‌کنند نتیجه‌ی بخواه آنان را در پی ندارد. ابتدا به آن‌ها می‌آموزم که نباید انتظار داشته باشند که واکنش یک مرد همانند زنان باشد. و بعد آن‌ها متوجه می‌شوند که به کارگیری شیوه‌ی آگاهانه و با وسعت دید در رابطه با مردان و استفاده از شرایط و مناسبات آنها به شیوه‌ی خودشان می‌تواند زنان را دقیقاً به آن چه می‌خواهند برساند.

در واقع، توصیه‌های من در بخش «از استیو پرسید چنان مرد خوب است که هوادارانم (اعم از زن و مرد) از من خواستند کتابی در مورد «رابطه‌ها» بنویسم کتابی که به زنان و مردان در جهت رسیدن به یک رابطه استوار، مدارم و متعهد کمک کند. در ابتدا ارزش نوشتن چنین کتابی را درک نمی‌کردم، گذشته از این، چه چیزی بیش‌تر از پاسخ‌هایی که هر روز صبح به میلیون‌ها شنونده می‌دادم، می‌توانستم اضافه کنم؟ بدتر از همه این که مگر می‌شود من را جدی گرفت؟ آخر اصلاً من نویسنده نبودم!

اندکی بعد به روابطی که در طول زندگی خود داشته ام فکر کردم، با برخی از دوستان مردم و همکاران زن گفتگو کردم. چند جلسه ی خودمانی در این رابطه برگزار کردیم. تأثیر روابط بر هر کدام از ما به ویژه تأثیری را که بر خودم داشته است، بررسی کردم. پدرم شصت و چهار سال با مادرم زندگی کرد. برای او ارزش بسیاری قائل بود. مادرم برای من نیز ارزش فراوانی داشت و تأثیرگذارترین فرد زندگی من محسوب می شد. همسر و فرزندانم نیز به همین اندازه برای من گران بها بودند. دخترانم و دغدغهی من برای آینده ی آنهاست که من را بر آن می دارد. در این حیطه تلاش کنم. آنها بزرگ می شوند و همان رویایی را در سر خواهند پیروانند که بیش تر زنان دارند: رؤیای همسر و داشتن فرزند، خانه، زندگی شاد و عشت حقیقی. واقعاً می خواهم به فرزندانم کمک کنم تا در بازی هایی که مردها فقط برای ارضای طمع و خودخواهی خود به راه می اندازند فریب نخورند و گمراه نشوند. سرو کار داشتن با مادر، همسر، دخترانم و میلیون ها زنی که هر صبح شنوایی برای برنامهنویسان هستند، به من نشان داد که زنان نیازمند کسی هستند که به آنها کمک کند تا به آنچه واقعاً می خواهند دست یابند. شاید من بتوانم فردی باشم که از بالای حصار برای آنها دست تکان دهد و راز رفتار و منش واقعی مردان را بر آنها افشا کند. آنچه ما آرزو داریم شما بدانید اما چون از باختن در این بازی می ترسیم نمی خواهیم آنها را با شما در میان بگذاریم.»

کتاب «مثل زنان رفتار کنید، مثل مردها فکر کنید» در اصل به نوعی یک کتاب نمایش است. همان طور که به خاطر دارید چند سال پیش، تیم فوتبال نیوانگلند تهم به یکی از بزرگ ترین رسوایی تقلب در تاریخ لیگ فوتبال آمریکا شد. بازرسان لیگ متوجه شدند که این تیم به طور مخفیانه تمرین تیم های مقابل خود را ضبط و آنها را کنترل می کند. این به آنها برتری قاطع و مسلمی در برابر حریفان بخشید. مطمئناً این تیم با اتکا به این روش های نادرست توانست برنده نهایی مسابقات باشد.

این آرزوی من برای زنانی هست که کتابم را می خوانند. می خواهم همه زنانی که حقیقتاً خواهان یک رابطه استوار و مداومند و آن ها که در کوران یک رابطه قرار دارند هر چیزی که تا به حال در مورد مردها آموخته اند از افسانه ها و باورهای غلط گرفته تا آن چه از مادر یا دوستان شان شنیده اند و تمام توصیه هایی که در مجلات خوانده یا در تلویزیون دیده اند، همه را فراموش و در این جا، در این کتاب واقعیت مردها را بشناسید. مردها به این امر اتکا می کنند که شما بر اساس توصیه های زنان نا آشنا با تاکتیک ها و نظام فکری آن ها، عمل می کنید. من با نوشتن این کتاب قصد دارم وضعیت را به نفع شما تغییر دهم. اگر در حال آشنایی با مردی هستید و می خواهید به سطحی بالاتر در رابطه رسید یا می خواهید حلقه ازدواج را از این مرد بگیرید یا اگر ازدواج کرده اید و می خواهید رابطه کنترل رابطه را به دست گرفته و پیوندتان را مستحکم کنید یا از این آه باز به قرار بگرید خسته شدید، از شما می خواهم دستورالعمل ها، قواعد و توصیه های این کتاب را به کار ببندید. به من اعتماد کنید: راهنمایی که اکنون شما از آن استفاده می کنید قدیمی و منسوخ شده و قواعد آن دیگر جواب نمی دهد. در واقع بزرگترین ترفندی که شما در دست دارید این است که فکر می کنید وقتی رابطه ای با مردی شروع می کنید قرار است او را «تغییر» دهید، و این دقیقاً بدترین و بی نتیجه ترین کار ممکن است. مهم نیست که بقیه زنان در مجلات، گفتگوهای تلویزیونی یا وبلاگها چه می گویند. مسئله این است که برخی موارد اساسی در مردان مرد دارد که هیچ گاه تغییر نخواهند کرد. مهم نیست چه قدر با یک مرد خوب هستید، فرق نمی کند چه قدر به او خوبی کنید تا زمانی که سرشت و طبیعت او را درک نکرده و انگیزه ها و محرک های او را نشناسید، در مقابل بازی هایی که به راه می اندازد آسیب پذیر خواهید بود.

با خواندن این کتاب می توانید وارد دنیای ذهنی مرد شده و او را طوری درک کنید که بتوانید نقشه ها و برنامه های خود را اجرا و آرزوهایتان را محقق کنید و

از همه بالاتر این که: بفهمید او قصد دارد با شما بماند یا شما را بازیچه‌ی خود قرار داده است.

بنابراین، مثل یک زن رفتار و مثل یک مرد فکر کنید.

www.Ketab.ir