

لَسُنُّ جَمِيعًا مَلَائِكَةٌ

كَيْفَ تَتَعَرَّفُ إِلَى النِّسَاءِ السَّامَّاتِ وَتَحْتَمِي مِنْهُنَّ

سِيلْفِي تَيْنَبَاوَم



الكتاب: عندما نتحدّث عن الشخصيات السامّة، غالبًا ما نتخيّل رجلًا. لكنّ الواقع الذي لا نعترف به، أو لا ندركه أحيانًا، أنّ في محيطنا الكثير من النساء السامّات (قد تكون صديقة، زميلة، أخت أو حتّى أمّ). سيلفي تينببوم ترفع الصوت وتكسر التابو: لسنّ جميعًا ملائكة. وذلك ليس بهدف أبلسة النساء، بل النظر إليهنّ نظرةً موضوعيّةً على قدم المساواة مع الرجال، والاعتراف بمشاكلهنّ. في هذا الكتاب الغنيّ بالأمثلة، تقود تينببوم القارئ على درب الوعي الذاتيّ وإعادة الاتّصال بالنفس كي يتمكّن من التنبّه إلى مشاعره ومراقبة تصرّفات النساء من حوله. عندئذٍ فقط، سيصبح قادرًا على تمييز السامّات ومنهنّ وحماية نفسه وتحريرها من قبضتهنّ.

المؤلّف: سيلفي تينببوم - اختصاصيّة نفسيّة وكاتبة فرنسيّة بارزة تتمتّع بتجربة واسعة في مجال العلاقات الإنسانيّة والتطوير الشخصي. تتميّز تينببوم بأسلوبها الشفاف والمباشر في التحدّث عن الديناميات النفسيّة والاجتماعيّة التي تؤثّر في الأفراد والعلاقات بينهم. فهي من خلال كتبها ومقالاتها وظهورها الإعلامي تُساهم بتوعية الجمهور وتحفيزه على التأمّل والنموّ الشخصي، وتعرّز الوعي بأهميّة تحقيق التوازن والتحرّر في الحياة الشخصية والعلاقات الاجتماعيّة.

«عبر تعديل تصرّفاتك ونظرتك إلى بعض النساء، سوف تشعر بأنّك أصبحت أقلّ ضعفًا، كما سيزيد تقديرك لنفسك وتتخلّص من الإحساس بالذنب.»

النوع: إشراقات (تنمية الذات)

اللغة: عربيّة

الغلاف: عادي

القياس: 23x15 سم

عدد الصفحات: 184

ر.د.م.ك: 9786140601321

الطبعة / السنة: الأولى / 2023