

Título do livro:

Como ser a mulher certa na hora certa

Apresentação

Por que nunca me levam a sério? O que há de errado comigo? Porque estou sempre procurando o cara certo nos lugares errados?

Quem diria que indagações como essas, tão comuns as mulheres poderiam ser resolvidas através de uma simples questão de atitude frente a ala masculina? Você não acredita? Pois nesse livro, ofereço algumas dicas cuja a proposta é orientar todas mulheres, sem diferencial estético, intelectual ou social , que é possível sim, encontrar e finalmente fisgar o príncipe encantado e para maior supressa de todas, revelo que depende tão somente delas mesmas.

O livro a princípio, trata de temas que levam a uma reflexão a respeito das mulheres que apesar de já terem passado dos 30 ainda se encontram solteiras, e a presente oscilação entre a satisfação da vida independente e emancipada e a infelicidade de ainda não ter encontrado o parceiro ideal. O crescimento profissional inversamente proporcional as oportunidades afetivas, situações como o distanciamento do meio mas propício ao desenvolvimento de uma relação saudável, que invalidam ou atrapalham a concretização do relacionamento amoroso. E a tentativa de encontrar um parceiro adequado em lugares impróprios a sua realização: bares, boates, danceterias...

Mais adiante, e durante todo os demais capítulos, o livro aborda temas sobre os quais qualquer mulher que vive o dilema de ser solteira se sente imediatamente identificada. A obra serve como verdadeiro material de auto conhecimento e aconselhamento sentimental. Informando e esclarecendo certas dúvidas no campo afetivo e demonstrando como certas atitudes e comportamentos podem influenciar de maneira decisiva uma relação a dois.

É de interesse do livro expor determinadas situações do cotidiano amoroso, diagnosticando as suas possíveis causas e oferecendo pretensas soluções. Claro que não existem fórmulas milagrosas para o amor, assim como, a realidade se apresenta muitas vezes de maneira bem mais complexa. A grande preocupação do livro no entanto, é a de provocar a reflexão nas leitoras, afinal, a maioria das mulheres já sabem onde estão errando, viabilizar o processo de mudança porém, é que é o grande desafio.

Sinopse dos capítulos

1. Balzaquianas, por que tudo parece mais difícil depois dos 30?

Fala do crescimento profissional da mulher solteira de 30, inversamente proporcional as oportunidades afetivas.

2. A vida pode ser melhor após os 30?

Fala das vantagens de passar dos 30 solteira, tais como : Independência financeira e pessoal, maturidade sexual e afetiva, hormônios mais harmonizados etc...

3. Mulher de fases e outras questões ligadas as alterações hormonais. A dança dos hormônios

Fala do quanto é importante entender as alterações comportamentais femininas vinculadas ao ciclo menstrual. Estabelece uma verdadeira agenda hormonal, indicando para cada fase do ciclo, além de características psíquicas e físicas, dicas de conduta e saúde.

4. Existe azar no amor?

Fala que não existe azar no amor e sim escolhas equivocadas, baseadas em padrões que fogem da realidade. E que assim sendo, somos nós, as únicas responsáveis por nosso destino amoroso.

5. Por que nunca dá certo comigo. Por que não eu?

Procura desvendar o famoso dilema: O que elas tem que eu não tenho? Oferecendo um raciocínio lógico que pode ajudar em muito na sua solução.

6. Por que nos apaixonamos pelas pessoas erradas?

Fala basicamente das razões que levam mulheres inteligentes a fazerem escolhas tão incoerentes no campo amoroso..

7. Investigando as causas dos nossos fracassos

Analisa e identifica erros que se repetem nos relacionamentos amorosos.

8. Por que investimos no fracasso?

Verifica o por quê de insistimos em relações sem futuro

9. O homem certo na hora certa. Escolha ou destino?

Mostra que encontrar o homem certo não é uma questão de sorte, e sim de saber lidar com nossas escolhas amorosas.

10. Em busca da auto-estima perdida

Fala do quanto é importante não vincularmos a nossa felicidade a aprovação do nosso parceiro e para tanto, a necessidade de buscarmos a nossa auto estima.

11. Namorar e a arte de viver fazendo vista grossa. Aprendendo a ler nas entrelinhas

Mostra como muitas mulheres preferem negar o óbvio, a terem que se desfazer de uma relação inadequada.

12. Ter coragem não significa a ausência de medo

Estabelece uma reflexão sobre a coragem daqueles que arriscam amar, apesar do medo, pela certeza de que o amor afinal, é mais importante.

13. Sempre estamos onde escolhemos estar

Fala da necessidade de assumirmos a responsabilidade por nosso destino amoroso.

14. Descarte o ordinário e viva o extraordinário!!!

Mostra como é importante buscar a felicidade de um amor duradouro e descartar aqueles que certamente só trarão sofrimento.

15. Dizer não é dizer sim!

Fala do quanto é importante para o bem estar da mulher, saber se respeitar e impor limites dentro da relação.

16. Dá pra ser feliz sozinha?

Mostra que toda mulher para ter sucesso no campo amoroso, deve em primeiro lugar aprender a viver bem na própria companhia e ser feliz sem precisar apoiar-se em outra pessoa.

17. Amar se aprende amando (A si mesmo)

Mostra que aprender a amar da maneira certa é algo que só depende de você(do seu amor próprio).

18. Ser solteiro ou comprometido. Eis a questão!!

Estabelece o questionamento entre as duas opções e identifica a resolução do dilema como uma questão de escolha pessoal.

19. Ficar, verbo intransitivo

Fala da nova modalidade de relacionamento “ficar” em detrimento as reais possibilidades de relacionamentos gratificantes e duradouros.

20. A primeira impressão é a que fica?

Mostra como a primeira impressão, influencia toda uma futura convivência a dois.

21. Ser Fácil ou ser difícil, eis a questão!!

Fala do desejo de ambos os sexos pelo que é difícil, em detrimento do que vem fácil. E do dilema feminina em assumir uma ou outra postura, para obter sucesso afetivo.

22. Será que você está sendo uma mulher 8 ou 80?

Oferece uma reflexão sobre como encontrar o “meio termo” na relação amorosa.

23. Por que preferimos mentiras sinceras a verdades dolorosas?

Mostra como muitas mulheres preferem corromper a sua inteligência emocional em função de um falso convívio a dois.

24. Sexo no primeiro encontro

Fala sobre a indiscutível insegurança masculina em relação à mulher que transa no primeiro encontro.

25. Por que eles não ligam no dia seguinte?

Oferece uma análise das possíveis razões para um homem não telefonar no dia seguinte.

26. Amor ou sexo, eis a questão!

Mostra como muitas frustrações afetivas poderiam ser evitadas se as mulheres soubessem desvincular o amor do sexo.

27. Por que quando a relação parece que vai “engatar” simplesmente acaba?

Oferece uma reflexão entre nossos relacionamentos fracassados e nossa maneira de ser.

28. Ansiedade x expectativa, afinal pra quê tanta pressa?

Fala do quanto é importante saber evitar a ansiedade e as expectativas, entendendo assim, que tudo tem seu tempo.

29. Amor em velocidade máxima, tremenda roubada!

Fala do desastre emocional, ocasionado pela nossa baixa tolerância ao que não se concretiza de imediato.

30. Por que sofremos por amor?

Oferece uma reflexão sobre a nossa predisposição ao sofrimento amoroso.

31. Pare de remoer o passado

Mostra o quanto é importante não mantermos nossas vidas atreladas ao passado.

32. Ruim com ele pior sem ele?

Mostra o quanto pode ser desgastante engrenar qualquer tipo de relação, apenas como forma de satisfazer cobranças alheias.

33. Aprender a estar com alguém pelas razões certas

Mostra o quanto é importante estabelecermos relacionamentos por razões coerentes a nossa estabilidade emocional.

34. Vale a pena ser a outra?

Oferece considerações realistas sobre a vida de amante.

35. Relações venenosas. Por que nos tornamos dependentes do que nos faz mal?

Oferece reflexões sobre a relação doentia e dependente entre prazer e dor.

36. Amor ou obsessão? Será que você está fazendo a escolha certa?

Aborda a diferença entre amor e obsessão, e até onde a paixão deixa de ser algo saudável pra se tornar algo doentio.

37. Como amar sem sofrer. Desilusões perfeitamente evitáveis.

Fala do quanto seria mas fácil evitar o sofrimento amoroso se fossemos mais realistas e menos ingênuas.

38. Você é uma viciada em amor?

Mostra que o apego ao amor, como fórmula única para a solução de todos nossos problemas, pode se refletir num verdadeiro desastre para nossa vida pessoal e afetiva.

39. Por que buscamos amor no sexo?

Mostra o quanto é ineficaz tentar estabelecer um compromisso através do sexo.

40. Sabe por que a mágica das relações estáveis simplesmente deixou de acontecer com você?

Estabelece uma reflexão entre nosso modo de agir e o tipo de relação que obtemos.

41. Mudar de atitudes e não de parceiros

Mostra que, não é trocando de parceiros que resolvemos as nossas desilusões amorosas, e sim mudando nossas atitudes e expectativas dentro da relação.

42. Sofrer de sexo perdido é diferente de sofrer de amor perdido

Oferece uma reflexão entre a diferença de fazer sexo com um estranho e manter uma relação de amor.

43. Como eu pude?

Mostra como muitas vezes, nos envolvemos em relações erradas, demorando para enxergar o óbvio.

44. Relações mal resolvidas

Fala da necessidade de consumirmos nosso amor até o fim, sem dar margens a pendências e fantasias sobre o que poderia ter sido e não foi.

45. Você colhe o que você planta

Fala o quanto o nosso futuro amoroso, está comprometido com a nossa maneira inicial de conduzir a relação.

46. Pau que nasce torto morre torto

Mostra como dificilmente podemos mudar algo que já de cara começou errado.

47. Por que às vezes não somos boas o suficiente?

Mostra que, assim como, os sentimentos não existem segundo as exigências ou expectativas alheias, no amor também não existem vítimas nem algozes.

48. Conselhos para conquistar o homem ideal

Alguns conselhos para a vida a dois.

49. Encontrar um grande amor. Questão de sorte ou preparo?

Mostra que no amor não existe azar ou sorte, o que existem são circunstâncias em que estamos preparadas ou não para recebe-lo.

50. O que eles realmente querem dizer quando...

Mostra a importância de ficar atenta ao que se esconde por trás das palavras.

51. Por que ainda acreditamos no mito do príncipe encantado?

Revela o perigo de entregarmos nossas vidas a fantasia do “Felizes para sempre”.

52. O homem perfeito existe?

Oferece reflexões sobre o verdadeiro homem perfeito.

53. Será que você é a pessoa que aparenta ser ?

Mostra o quanto é importante agirmos de maneira conciliatório entre o que desejamos e o que aparentamos desejar.

54. Guerra dos sexos X Felicidade amorosa

Mostra a maneira peculiar dos sexos de buscarem a felicidade amorosa.

55. Algumas considerações finais

Aponta qualidades e aspectos, que ambos os sexos entendem como imprescindíveis, para uma relação dar certo.