

به نام خدا

کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان

کلیدهای پرورش نوجوانان در پسرها

دکتر دن سندلر

دکتر مایکل تامپسون

مترجم: دکتر مینا اخباری آزاد

www.saberinbooks.ir

سرشناسه: کیندلن، دانیل جیمز، ۱۹۵۳ - م.
 Kindlon, Daniel J. (Daniel James)
 عنوان و پدیدآور: کلیدهای پرورش عاطفه در پسرها / دن کیندلن، مایکل
 تامپسون، ترزا بارکر؛ مترجم مینا اخباری آزاد.
 مشخصات نشر: تهران: صابرین، کتاب‌های دانه، ۱۳۹۳.
 مشخصات ظاهری: ۳۷۸ ص.
 فروبیست: کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان
 شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۶۶-۷
 وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان اصلی: Raising Cain: protecting the emotional life of boys, 1999.
 موضوع: پسران - روان‌شناسی، عواطف در کودکان
 شناسه روده: عواطف در نوجوانان، نقش جنسیت در کودکان، جنس مذکر
 شناسه افزوده: تامپسون، مایکل، ۱۹۴۷ - م. Thompson, Michael
 بارکر، ترزا Barker, Teresa
 شناسه انگلیسی: اخباری آزاد، مینا، ۱۳۵۱ - مترجم
 رده‌بندی دیکسون: HQ ۷۷۵ / ک۹ ک۸ ۱۳۹۳
 رده‌بندی دیویی: ۳۰۵/۲۳
 شماره کتابشناسی: ۳۴۷۲۲۶۹

کتاب‌های دانه

مؤسسه انتشارات صابرین ۸۸۹۶۸۰۱۰

کلیدهای پرورش عاطفه در پسرها
 دکتر دن کیندلن و دکتر مایکل تامپسون

مترجم	دکتر مینا اخباری آزاد
ویراستار	زینب میر
اجرای طرح جلد	فرگس مجری
تعداد	۱۰۰
چاپ اول	۱۳۹۳
حروفچینی و صفحه‌آرایی	فاطمه حبیبی
لیتوگرافی	پویه گراور
چاپ جلد	اکسیر
چاپ متن و صحافی	پژمان

۹۷۸-۹۶۴-۲۷۸۵-۶۶-۷ : شابک

ISBN: 978 - 964 - 2785 - 66 - 7

حقوق ناشر محفوظ است.

قیمت: ۱۷۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

۵	سخنرانی
۷	مقدمه
۱۱	پیشگفتار
۲۷	فصل ۱. براه نرسیده: در گذردن پسرها از احساسات درونی شان
	فصل ۲. خنارهای نیز در میان ازهای زیبا: چالش های پسرهای جوان
۶۰	در آموزش اولیه
۱۰۸	فصل ۳. بهای سنگین تنبیه سخت
۱۴۰	فصل ۴. فرهنگ سنگدلی
۱۷۴	فصل ۵. پدرها و پسرها: میراث اشتیاق و عشق
۲۰۷	فصل ۶. مادرها و پسرها: داستانی از پیوند و تمیز
۲۴۹	فصل ۷. درون قلعه تنهایی
۲۷۴	فصل ۸. چالش پسرها در مقابل افسردگی و خودکشی
۳۰۲	فصل ۹. مصرف مواد مخدر: اشباع خلأ عاطفی
۳۱۸	فصل ۱۰. خشم و خشونت
۳۴۸	فصل ۱۱. پسرها به چه چیزی نیاز دارند؟

خود را می‌تواند محقق. کتابی که پیش روی درید. یک جلد زکلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان است.

کتاب‌های این مجموعه با وجود ارتباط موضوعی. هر کدام از نظر مطلب. مستقل هستند. اما یکی یکی زانمان. روش‌های مناسب و صحیح شیردادن. تولد فرزند دوم. نقش پدر در تربیت کودک. پرورش کودک تیزهوش. آموختن به کودکان درباره خدا. سلامت جنسی کودکان و نوجوانان. پرورش فرزندان امیدوار و موفق. کلیدهای رفتار با نوجوانان. سیر مناسب متنوع و جالب دیگری که به روش‌ها و مشکلات تربیتی کودکان و نوجوانان با سنین بالغ می‌پردازد. موضوع کتاب‌های این مجموعه را تشکیل می‌دهند.

روش نویسندگان این کتاب‌ها. آموزش شیوه‌های علمی به والدین است. در نتیجه. هر کتاب از فصل‌های متعددی تشکیل شده است که بر فاس به توضیح یک روش کلیدی می‌پردازد. مجموعه کلیدهای تربیت کودکان و نوجوانان. علاوه بر پشتوانه علمی و معتبر خود. از زبانی ساده برای توضیح مطالب و انتقال آنها به خواننده استفاده کرده است که برای عموم مادران و پدران جوان قابل استفاده خواهد بود.

ویرایش جدید ژالینگور کتاب کلیدهای پرورش عاطفه در پسرها در هشتم آوریل ۱۹۹۸ درست ۱۲ روز قبل از حادثه تیراندازی دبیرستان کلمباین^۱ چاپ شد. این حادثه منجر شد انتخاب چنین موضوعی از طرف ما بیشتر از آنچه فکرش را می‌کردیم جنبه پیشگویی به خود بگیرد. در نتیجه آن حمله مرگبار و تأسفیک و خیابان کشتی دو پسر دبیرستانی - پیش از این نیز اراذل و اوباش در شهرها - دیگر چند حادثه‌های فجیعی را رقم زده بودند - سؤال‌های نگران‌کننده‌ای درباره پسرهای خشن و بی‌رحم در مذاکره‌های ملی مطرح شد. چگونه چنین اتفاقی افتاد؟ چه چیزی آن‌ها را به این کار واداشت؟ چرا چنین اعمال خشنانه‌ای یکی در مدرسه‌ها شایع شده است؟ و دو روز بعد از حادثه تیراندازی - یک روزگرم‌آبی که در مدرسه برگزار شد پسری از ما پرسید: «چرا والدین آن‌ها؟ آنچه در ذهن آن دو پسر می‌گذشت، خبر نداشتند؟»

این رویدادها همه ما را دچار حیرت کرد. گاهی رسانه‌های محلی با مطرح کردن مسئله جنون فرد عصیانگر، اهمیت چنین فاجعه‌هایی را حاشیه می‌برند و به این ترتیب، مشکل از یاد می‌رود و فروکش می‌کند. آمارها به وضوح نشان می‌دهند میزان اعمال خشونت‌آمیز در مدرسه‌های

کل کشور حقیقتاً پایین است و بسیاری از مدیران مدرسه‌های مناطق شهری فقیرنشین، نگران کم‌توجهی به رویدادهای خشونت‌آمیز در مدرسه‌های حومه شهر و وقوع حوادث خونبار در مدرسه‌هایشان در دهه جاری هستند. با وجود این، لازم است حتی زیر سایه شکی که اغلب جنبه سیاسی پیدا کرده است، به عوامل ایجاد خشونت در پسرها توجه کنیم.

رسوایی تأسف برانگیز گلمباین، برخی از مشکلات پنهان پسرها را که در این کتاب به آن‌ها می‌پردازیم، در کانون توجه قرار داد؛ مشکلاتی نظیر پرورش فرهنگ بی‌رحمی در دوران نوجوانی که در نهایت سبب می‌شود پسرهایی که در میان بزرگان محبوب نیستند، یا ناسازگارند، قربانی شوند، و در نهایت، بجای اینکه برای بی‌سوادای احساسی پردازیم که بیشتر در میان پسرها و مردان رایج است. به این ترتیب، توجه به وضع روحی دیلان کِلِبُلْد^۱ و اریک هریس^۲ نهایتاً در سطح بحث‌های ملی مطرح شد. وضع آن‌ها را در بسیاری از پسرهای بی‌سواد دید: مواردی نظیر بالا رفتن میزان خودکشی، مصرف بی‌رویه مواد مخدر، استفاده از مواد استروئیدی، افسردگی غیرقابل تشخیص، کتاری‌های علمی در سطح دانشگاهی، و تعداد بیش از حد قربانیان پسران در اهداف‌های رانندگی. به این ترتیب، گفت‌وگو به مرحله‌ای فراتر از مسائل سطحی سروصدا کشیده شد.

ما به عنوان روان‌شناسانی که در سطح عمیق و وسیعی با پسرها کار کرده‌ایم، امیدواریم بتوانیم در حوزه رفتار و احساسات پسران بینش را ارائه دهیم که ممکن است دیگران نتوانند به راحتی آن را ببینند یا درک کنند. تجربه‌های ما با والدینی که در سراسر کشور مخاطبان هستند و همچنین افرادی که موارد خشونت را گزارش می‌کنند، سبب شده نسبت

به افرادی که زندگی عاطفی پسرها را در اختیار دارند، احساسات دوگانه تشریق و دلسردی داشته باشیم. از اینکه رسانه‌ها برای تشریح خصوصیات روحی پیچیده پسرها همواره در پی یافتن پاسخ‌های ساده‌ای مانند این فرضیه هستند که تستسترون سبب بروز رفتار خشونت‌آمیز می‌شود، واقعاً سرخورده شده‌ایم. از شنیدن سخنان جس و نچورا^۱ به عنوان یک مقام دولتی ناراحت و نگران شدیم. او در یک گفت‌وگوی ویزوئونی حاضر شد و با لحنی قانع‌کننده و مصرانه، از بازگشت تنبیه باطل^۲ در مدارس دفاع کرد: «وقتی یک پسر بچه بوده، تنبیه شدم، آن تنبیه صدمه‌ای به من نزد. آن تنبیه فقط باعث سرافکندگی‌ام شد.» تنبیه یا غیر کردن پسرها پاسخ مشکلات ما نیست. و «تنبیه در محیط دانشگاهی را نمی‌توان برای پسرها اجرا کرد.

جنبه امیدوارکننده قضیه آن است که از حضور تعداد بسیار زیاد پدرها در سخنرانی‌هایمان در دهه ۱۹۹۰ پیش‌ترش پسرها هیجان‌زده شده‌ایم، چون معمولاً این مادرها هستند که بیشتر در سخنرانی‌های مربوط به تربیت فرزندانش شرکت می‌کنند. تحت تأثیر تعداد بسیار زیادی از مردانی قرار گرفته‌ایم که مراجعه می‌کنند تا ما چراغ‌شان را با پدر میان بگذارند یا از ما به این دلیل که «به آن‌ها اجازه داده‌ایم» تا ما را نسبت به پسرهایشان ابرازکنند، تشکر کنند. پدری گفت: «من در خردسالاری بزرگ شده‌ام، که در آن چندان از ارتباط‌های محبت‌آمیز با منی خبری نبود. حالا من دو پسر یازده و هشت ساله دارم، که بیشتر وقت‌ها مرا اغوش‌شان می‌گیرم. شما باعث شدید احساس کنم دارم کار درست را انجام می‌دهم.» ما خوشحال می‌شویم و می‌خندیم وقتی خانمی به ما می‌گوید: «من همه کتاب‌های مربوط به پسرها را خوانده‌ام، اما مطالعه این یکی باعث شد بتوانم پسر و همسر را درک کنم.»

صادقانه بگویم تألیف کتاب کلیدهای پرورش عاطفه در پسرها، درواقع سفر روان‌شناختی مهمی برای هر دویمان بوده است. ما دوباره با دوران کودکی‌مان به عنوان یک پسر بچه، روابطمان با برادرها، پدرها، و دوستانمان روبه‌رو شدیم و درک عمیق‌تری نسبت به این موضوع پیدا کردیم که چگونه رویدادهایی که در گذشته برایمان اتفاق افتاده‌اند، هزاره تأثیرشان را بر ما حفظ کرده‌اند. ما مجبوریم با شرایطی که مربوط به وضعیت‌های ناآگاهانه روحی‌مان است، روبه‌رو شویم؛ مثل محدودیت‌هایی که وقتی در شرایط بروز رفتارهای مردانه قرار می‌گیریم، به نحی دردناکی آشکار می‌شوند، همچنین تفاوت‌های خلاقانه‌ای که در طول تألیف این کتاب بروز کرد. در نتیجه این همکاری، به درک بهتری از خودمان به عنوان پسر، مرد، همسر و پدر دست یافتیم. امیدواریم کتاب کلیدهای پرورش عاطفه در پسرها، خوانندگانمان را، چه زن و چه مرد، در سفری مشابه به اعماق روح پسران و مردان هدایت کند؛ سفری که نشان می‌دهد پسرها چگونه رنج می‌کشند، عشق می‌ورزند، و از همه مهم‌تر اینکه، اغلب چگونه در تقلید کاریکاتور و جودوی عضلانی، ساکت و قوی، از مسائل عاطفی هیچ بهره‌ای نمی‌برند.

دکتر دن کیندلن

میکل تامپسون

ما دو جوان ثلث سن مرد هستیم که بیش از ۲۵ سال در زمینه درمان پسرها با هم همکاری داریم. از همان اولین روزهای دوران کارآموزی مان، ما را به ملاقات پسرهای پسر سگر، پسرهایی که به همه چیز لگد می زدند و به خصوص آنهایی که حرف نمی زدند، می فرستادند. با بیمارانمان بیلارد و بسکتبال بازی می کردیم و راهش را درمان می گذاشتیم. با آن ها حرف می زدیم، آن هم درحالی که همراه آنها لگو^۱ سازه درست می کردیم. درباره مشکلات خانوادگی با آنها صحبت می کردیم، آن هم درحالی که سربازهای پلاستیکی را در یک خط به صف می کردیم تا برای جنگ اصلی آماده شوند. ما دفتر کارمان را رها می کردیم تا خودمان را به خیابان و فروشگاه شماره ۲۴ برسانیم و هله هوله ای می خریدیم و برگردیم و در دفترمان بخوریم و بعد درباره مزیت های کوه دؤ^۲ و سگ^۳ صحبت کنیم تا حرفی برای گفتن و ادامه ارتباط با بیمارانمان داشته باشیم. پسرانه های آموزشی - درمانی را در حال قدم زدن در خیابان های کمبریج^۴ و لندن در سالن پیتزافروشی ها یا خوردن شام یا درحالی که با ماشین این طرف و آن طرف می رفتیم، بررسی می کردیم. با پسرهایی روبه رو شده ایم که روی کاناپه مان می پریدند و از آنجا روی زمین جست می زدند، درحالی که

1. Lego

2. Dew

3. Surge

4. Cambridge

انگشت‌هایشان را به حالت تهدیدآمیزی به سمت ما تکان می‌دادند. همکاران طبقه پایین دفترمان تلفن می‌زدند و از سروصدایی که در جلسه‌های درمان به راه انداخته بودیم، شکایت می‌کردند. تنها کاری که از دست ما برمی‌آمد، عذرخواهی بود: خیلی متأسفیم. البته، جلسه درمان باید در آرامش انجام شود. در این جلسه‌ها باید گفت‌وگو کرد، نه اینکه این طرف و آن طرف پرید. اما اینجا جلسه‌های درمانی پسر بچه‌هاست!

شاید کشیده شدن ما به کار در مدرسی که همه دانش‌آموزانش پسر بودند، جایز پذیر بود. من و دَن در دو مدرسه عالی کار می‌کنیم، یعنی جایی که در آن به پسرها احترام می‌گذارند و به‌خوبی به آموزش آن‌ها رسیدگی می‌نمایند. وجود این، پسرهایی را می‌بینیم که با عصبانیت، اکراه، و اغلب به‌دستور پذیر مدرسه به دفترمان مراجعه می‌کنند. مربیانی داشته‌ایم که پسرهای را می‌آوردند و جلوی در اتاقمان رهایشان می‌کردند تا درمانشان کنیم، من و کنار آن پسرها ماندن و حرف زدن با آن‌ها برایشان خیلی سخت بود. آن‌ها زنگران دیگر، دانش‌آموزان غمگین را به دفترمان می‌آوردند و ما مجبور بودیم درباره پسرهای غمگین بلا آموزگار صحبت کنیم، آن‌هم درحالی‌که خود پسرک ساکت نشسته بود، چرا که خودش قادر نبود رنجش را واضح بیان کند. پسرهایی را دیده‌ایم که خشمگین و بی‌صدا کنار اعضای خانواده‌شان نشسته‌اند، پسرهایی که مجبور بودیم در پارکینگ ساختمان‌های مختلف می‌فراست می‌کنیم، چون حاضر نبودند از ماشین بیرون بیایند و در یک جلسه خوب و دل‌خوش حاضر شوند.

خلاصه اینکه، سال‌ها از روش‌های مختلف دستیابی به موفقیت استفاده کرده‌ایم و تلاش کرده‌ایم به پسرهای غمگین، مضطربه و عصبانی کمک کنیم تا ما را از آنچه درونشان می‌گذرد، مطلع کنند. صبورانه ۵۰ دقیقه جلسه درمان را انتظار کشیده‌ایم تا شاید پسری فقط پنج دقیقه با ما صحبت کند و بگوید: «پدرم مدام از من انتقاد می‌کند».

نمره‌هایم در دو درس از "ج" به "ب" رسیده است و فقط در یکی از درس‌ها نمره پایین‌تر از قبل را گرفته‌ام. ولی تنها کاری که پدرم می‌تواند انجام دهد، حرف زدن درباره نمره کمتری است که گرفته‌ام. چرا باید چنین حرفی را به یک پسر بچه بزنند؟^۱ گاهی مجبوریم هفته‌ها یا ماه‌ها انتظار بکشیم تا روزنه کوچکی به روی احساسات عاطفی یک پسر باز شود و ناگهان سرگردانی و غمی را که قبلاً زیر پوشش سکوت و خشم پنهانش کرده بود، نشانمان دهد. تجربه‌ها و نگرانی‌هایی که همراه و نیست پسرها را تحت تأثیر ما را به نگارش این کتاب برانگیخت.

قبل از رسیدن به فردی که پسرها را دوست دارند، مثل والدین، آموزگاران و مربیان، کمک کنیم تا بتوانند فراتر از رفتارهای ظاهری پسرها را ببینند. غمی که آنچه درونشان می‌گذرد، پی ببرند. لذت‌ها و درگیری‌هایشان را بشناسند. می‌خواهیم شما، به عنوان خواننده کتاب ما، آن عواملی را که سبب رنجش و آزار عاطفی پسرها می‌شود، بشناسید. این نکته حائز اهمیت است که والدین و آموزگاران نباید پسرها را از روی ظاهرشان ارزیابی کنند، حتی اگر گویی پسرها با عصبانیت هرچه تمام‌تر پافشاری کنند که می‌خواهیم فلان کار را انجام دهیم. آن‌ها اغلب ما را با یک سری نیازهای به ظاهر ساده مواجه می‌کنند: لاکت‌های نینجا^۲، کفش‌های مارک‌دار، بازی‌های مهیج و خشونت‌آمیز و تلویزیونی، و جلب حمایت برای دستیابی به هدف‌های بلندپروازانه و ورزشی. شاید ظاهراً هر پسری بخواهد شبیه یک قهرمان ورزشی خاص باشد. اما این طور نیست. پسرها خواستار چیزهای مختلف، پیچیده و متضاد هستند. بعضی می‌خواهند مانند ویلیام شکسپیر^۳ باشند، بعضی دیگر آرزو دارند مثل بیل گیتس^۴ یا آلبرت اینشتین^۵ شوند؛ درحالی‌که هنوز هم هستند افرادی که

1. Ninja Turtles

2. William Shakespeare

3. Bill Gates

4. Albert Einstein

می‌خواهند والت ویتمن^۱ شوند. چگونه می‌توانیم به این نیازهای بی‌نهایت متفاوت پسرها واکنش نشان دهیم، درحالی‌که درکمان نسبت به زندگی درونی آن‌ها (آنچه درونشان می‌گذرد) تا این حد اندک است؟

اگر، همان‌طور که شاعر ادعا می‌کند «کودک، پدرِ مرد است»، پس کاویدن طبیعت حقیقی پسرهایمان اهمیت دوچندان پیدا می‌کند، یعنی یاد آن‌ها را با چشمانی به دور از تعصبات فرهنگی ببینیم و با ذهن و قلبی باز و روشن به حرف‌هایشان گوش کنیم. چون اگر تنها یک نکته یاد گرفته باشیم می‌توانیم بگوییم این است که مرد جوان و خشمگین امروز، فردا به یک مرد میانسال تبدیل می‌شود، مگر اینکه راه چاره مناسبی در اختیارش قرار دهیم.

به این دلیل، کمک کنیم این کتاب را به نگارش درآورده‌ایم که هر دو نسبت به سرنوشت پسرها اساس خطر می‌کنیم. اگرچه تفاوت‌هایی در روش‌های درمانی و حوزه‌های تخصصی کارمان داریم، در این مورد هر دو، به‌طور مستقل به یک نتیجه واحد رسیده‌ایم و آن نتیجه این است که چگونه فرهنگ ما زندگی در انزوای شرم و خشم را بر پسرها تحمیل می‌کند. تحقیق انجام شده در این کتاب بر اساس دو پرسش اساسی هدایت شده است: پسرها برای تبدیل شدن به مردانه‌ای که از لحاظ عاطفی کاملند، به چه چیزی نیاز دارند؟ و کدام روش یک فرهنگ است که پسرها آن را به بهای سرکوب احساسات عاطفی‌شان به کارگرفتن ایده‌آل‌های سرسختانه دوران بزرگسالی، از دست می‌دهند.

در بیشتر قسمت‌های این کتاب، از ضمیر جمع «ما» استفاده می‌کنیم. کرد. اما وقتی در حال بررسی موردی خاص از تجربه‌های شخصی گذشته‌مان هستیم، مشخص خواهیم کرد کدامان در آن ماجرا درگیریم و مطلب را با «من» ادامه می‌دهیم.

در مسیر این کتاب که سفری به احساسات درونی پسرهاست، قصد داریم کمی دربارهٔ خودمان با شما صحبت کنیم - دربارهٔ اینکه چه پسرهایی بودیم و به چه مردهایی تبدیل شده‌ایم.

مایکل تامپسون

آگهی و شناخت من نسبت به پسرها - در سطحی که در حال حاضر شکل گرفته است - حاصل کارکردنم با آن‌ها در مدرسه‌ها و جلسه‌های خصوصی درمانی است. سی سال پیش، پس از فارغ‌التحصیلی از دانشگاه، به عنوان معلم دورهٔ راهنمایی در یک مدرسهٔ دولتی مشغول به کار شدم. پس از آن دبیر یک دبیرستان خصوصی شدم. سپس به عنوان مشاور و درمانگر در یک درمانگاه روان‌شناسی در بخش جنوبی شیکاگو^۱ و کمبریج، ماساچوست^۲، کار کردم. این تجربه‌های حرفه‌ای، نگرش من را نسبت به طیف گسترده‌ای از اشکال داده است، اما آنچه از پسرها درک کرده‌ام نیز حاصل تجربه‌های شخصی خودم به عنوان یک پسر در طول دوران رشد است.

شاید به نظر برسد دوران پسرچگی خفیه، باعث سلب صلاحیت از من برای اظهارنظر دربارهٔ تجربهٔ مشترک پسرها؛ شاید: «دوران کودکی‌ام در شرایط آن زمان غیرمعمول بود. خانوادهٔ من در بالابین بخش شرقی شهر نیویورک^۳ زندگی می‌کردند؛ پدرم ثروتمند متولد بود و دوتا اسب کوچک از نوع پونی^۴ داشته که در دوران رشدش پسران آن‌ها چوگان‌بازی می‌کرده. من به مدرسهٔ خصوصی نخبگان می‌رفتم و آنجا با پسرهای افراد موفق و مشهور هم‌کلاس بودم. من را مدام برای شنیدن اجراهای موسیقی برادوی^۵، اپرا و کنسرت‌های کارنگی هال^۶ می‌بردند

1. Chicago

2. Massachusetts

3. New York city

4. Pony

5. Broadway

6. Carnegie Hall

که برای جوانان برگزار می‌شد. اما با این همه، من فقط یک پسر بچه بودم. وقتی کلاس ششم بودم، یک روز من و دوستم تونی^۱ از طبقه دوازدهم آپارتمان آن‌ها که پر از تابلوهای نقاشی پیکاسو، متعلق به والدینش بود؛ بزرگ‌ترین و بی‌نظیرترین کلکسیون خصوصی دنیا، به خیابان پارک^۲ نگاه می‌کردیم. فکر کردیم چه فکر خوبی است که رول دستمال توالت خیس را از پنجره پرت کنیم روی شیشه جلوی تاکسی‌های در حال عبور. به این ترتیب، تعدادی رول دستمال توالت جمع کردیم و یک خط آلوده آوردیم و چندتایی را عالی پرتاب کردیم. هرگز به ذهنمان خطور نکرد که این انفجارهای کاغذی تا چه حد می‌تواند برای راننده‌های تاکسی و مسافرانشان خطرناک و هراس‌انگیز باشد. با این همه، بعد از آن، به ذهن یکی از ما هر روز آن آگاه نیویورکی خطور کرد که پنجره‌مان را شناسایی کند، طاقچه‌ها را بمارد تا به پنجره ما برسد و از نگرهبان ساختمان تونی اجازه بخواهد بالا بیاید. در آن فضای شبیه به موزه بود که پلیس غافلگیرمان کرد. آرام‌آرام آپارتمان شده بودند و از پشت، شانه‌هایمان را گرفتند. من هنوز هم می‌توانم وحشت و خجالت بازداشتمان را به وضوح به خاطر آورم.

پدری به شدت پرمشغله و جاه‌طلب داشت؛ یک معمار و مهندس موفق که تمام عمرش را صرف تأمین خانواده کرده بود. او توصیفی از دنیایی با ساختار فرانسوی به معنای «کار کردن بدون توجه به موعد مقرر و غذا خوردن سرپایی در محل کار» بود. در زندگی حرفه‌ای، یک نابغه به‌شمار می‌آمد و زندگی شخصی‌اش پر بود از نامالایمات و مشکلاتی که براساس ضمیر ناخودآگاه، در ۹ سالگی، پدر و بهترین برادرش را از دست داده بود و کوهی از غصه‌های ناگفته بود. آشکارا در تمام زندگی‌اش از احساسات عمیق وحشت داشت. نمی‌توانست رابطه‌ای صمیمی با

1. Tony

2. Park

افراد برقرار کند و همچنان که من و برادرم بزرگ می شدیم، به نظر می رسید به طور فزاینده ای در برابر پیچیدگی های روحی پسرانش، سردرگم شده است. وقتی به سیزده سالگی رسیدم، این احساس در من شکل گرفت که از لحاظ عاطفی از پدرم بالغ تر هستم.

علی رغم همه این ها - با وجود اینکه من هرگز با پدرم بازی نکردم مگر نمی کنم او در طول عمرش اصلاً بیسبال یا فوتبال بازی کرده بود) و اینکه ما اغلب نسبت به هم احساسی توأم با بُهت زدگی و اوقات تلخی داشتیم - رابطه های برای می خرید که کمک کردند تبدیل به مردی دوست داشتنی شوم. آیا آن کارها را از روی شیطنت می کرد؟ آیا کارهایش از آنجا می آمد که در واقع عاشق پختن پن کیک به شکل های شگفت انگیز، نوشتن بازی های صفحه ای (مثل شطرنج و تخته) و پازل بود؟ شاید حقیقت این بود که در حالی که پدرهای دیگر نشسته بودند و جای می خوردند و روزنامه می خواندند، او دوست داشت در استخر باشد و با بچه ها بازی کند.

مادرم، شخصیتی بود با احساساتی عمیق، توأم با غمی بزرگ و من حس همدردی ام را مدیون او هستم. مادر همیشه می گفت: «مجبورم مایکل و پدرش را دور از هم نگه دارم، چون ادامه عوا می کنند.» کاش مادرم در رابطه من و پدرم مداخله نکرده بود. آن به شیوه خودش مدیریت نمی کرد. رقابت، تضاد و نیاز به درگیری بین من و پدرم قابل درک نبود. من و پدرم همیشه تلاش می کردیم رابطه ای صمیمی با هم داشته باشیم و این تلاش درست تا زمان مرگ او ادامه داشت. حالا ما را ترک کرده است. او زمانی فوت کرد که در حال نگارش این کتاب بود، اما من اغلب به یاد این گفته جنوفری وُلف^۱ در اثرش به نام دوک فریبکار^۲ می افتم که می گوید: «ذهن من هرگز کاملاً از یاد پدرم تهی نمی شود.»

علاوه بر آن، برادر بزرگ‌تری به نام پیتر^۱ داشتم که از نگاه من عظمتی بس شگرف داشت. همچنان که رشد می‌کردیم، او همیشه از من بزرگ‌تر بود، و به شدت با هم رقابت داشتیم. خاطره آن دورانم این است که در اکثر روزهای دوران جوانی شکستم می‌داد و یک‌بار درگیری میانمان به حدی رسید که وقتی چهارده و شانزده ساله بودیم، چنان از دست هم عصبانی شدیم که می‌خواستیم یکدیگر را بکشیم؛ یک زیر سیگاری بزرگ شیشه‌ای دست من و یک شیشه پر از نوشابه دست او بود. هرگز فراموش نمی‌کنم که وقتی هفده ساله شدم و فهمیدم بزرگ‌تر از برادرم در آن وزی‌بستم که آن اتفاق افتاد، چقدر برایم رضایت‌بخش بود. در حال حاضر یکی از صمیمی‌ترین دوستانم است. ما تمایلات رقابت‌جویانه‌مان را صرف بازی تنیس می‌کنیم و با این بازی آن تمایلات را به خوبی پوشش می‌دهیم.

حالا من خودم پدر یک پسر سیزده ساله و پسر بی‌هشت ساله هستم. زندگی برایم احساسی شبیه ایجاد تعادل ظریف و دلپذیر است. همیشه نگران پسر و ویل^۲ هستم، پسر بی‌هشت ساله‌ای که از ورزش دوری می‌کند و عاشق لگو و طرح‌های هنری است. او ذاتاً از آن دسته بچه‌هایی نیست که دنبال یک گروه پسر بچه این طرف و آن طرف می‌دود. و من دائماً لبه تیغ ریاکاری راه می‌روم؛ ساعت‌های زیادی را مشغول آن هستم، به نقاط مختلف کشور سفر می‌کنم تا به والدین بگویم وقت بیشتری را با پسر بچه‌هایشان سپری کنند. من از شباهتی که گاهی بین زندگی خودم و پسر بچه‌هایم به غرق کردن خودم در کارم می‌بینم، نه تنها کمی وحشت زده شده‌ام بلکه از پادرا آمده‌ام.

هدفم از نگارش این کتاب این بود که بتوانم تجربه‌هایم به عنوان یک مرد، خاطرات دوران کودکی‌ام و مهارت‌هایم را به عنوان درمانگر پسرها و

1. Peter

2. Will

مردها استفاده کنم و از آن‌ها برای کمک به والدین در شناخت و درک بهتر پسرهایشان بهره بگیرم. آرزو داشتم درهای دفترم را به روی همه باز کنم تا همه بفهمند پسرهای جوان تا چه حد با غم دست و پنجه نرم می‌کنند و نشان دهم که در اغلب موارد، این غم آن‌ها را به سوی بی‌توجهی و توهین به دیگران و خودانزجاری هدایت می‌کند. مهم‌تر از همه، آرزو می‌کنم آنچه درون پسرها می‌گذرد را برای والدینشان شرح دهم و روشن کنم، نوری که آن‌ها از پسرهایشان روی برنگردانند و از تغییرهایی که در آن‌ها می‌بینند آزرده خاطر و سرگردان نشوند. می‌خواهم به والدین نشان دهم چگونه شیب بیانی عاطفی و درعین حال پسرانه را با پسرهایشان پیورانند که تأثیرگذار می‌تواند باشد؛ یعنی در مسیری ارتباطی قرار بگیرند که بتواند به پسرها کمک کند درباره قدرت سرکش درگیری‌های دوران جوانی‌شان گفت‌وگو کنند.

دن‌اندن

من بیشتر زندگی حرفه‌ای خود را به عنوان استاد و محقق در دانشکده پزشکی هاروارد^۱ و دانشکده سلامت عمومی هاروارد، مشغول مطالعه در زمینه مشکلات رفتاری کودکان و نوجوانان به‌خصوص در زمینه درگیری و خشونت گذرانده‌ام. من نیز، مانند کلان‌مروزی که در زمینه تبادل اوراق بهادار فعالیت می‌کند، تعداد و خط سیر تمایلات جنسی و قلدرانه در درگیری‌های بین فردی، خودکشی و همچنین ماهیت سرکشی مواد را بررسی می‌کنم. و رای این عده‌ها، کودکان واقعی‌ای هستند که با جمع کثیری از آن‌ها را پسرها تشکیل می‌دهند.

آنچه آمار به ما نمی‌گوید این است که در ذهن این بچه‌ها چه می‌گذرد. از وقتی کار با پسرها را در مدرسه‌ها شروع کردم فهمیدم بسیاری از پسرها

از تجسم یک فرد عضلانی خویشتن‌دار که در غالب رسانه‌ها به نمایش درمی‌آید، لذت می‌برند و در دام آن اسیر می‌شوند، این فرد همان الگویی است که در گروه همتایانشان به عنوان یک اصل غیرقابل انعطاف شکل گرفته است. این پسرها دچار خودمحافظتی روان‌شناختی می‌شوند، احساس می‌کنند باید مورد احترام دیگران قرار بگیرند و سخت تلاش می‌کنند تا به وجهه اجتماعی فردی عضلانی، دست پیدا کنند و به این ترتیب، احساس موفقیت کنند. به همین دلیل، بخش اعظمی از انرژی‌شان صرف تلاش برای رسیدن و دستیابی به این محیط دفاعی می‌کنند؛ تهدیدهایی را تصور می‌کنند که اصلاً وجود ندارند و علیه هر تهدیدی که قلعه تنهایی‌شان را تهدید کند، بگیری حمله‌های بازدارنده‌ای می‌کنند. این‌ها حقایق ناراحت‌کننده‌ای هستند که برای افرادی مثل ما که با پسرها کار می‌کنند، آشکار هستند، اما با اغلب موارد، افرادی که باید پسرها را بیشتر درک کنند و نمی‌کنند، والدین و مربیان آن‌ها هستند. آن‌ها فقط خشم پسرها را می‌بینند، آن‌هم بدون توجه و درک ریشه‌های ترس‌هایشان که در واقع، از بر ملا شدن و آسیب‌پذیر بودن پسرها نشئت می‌گیرد.

در درمان‌های بالینی، همچنان سعی می‌کنم این تفکر را القاء کنم که زمانه عوض شده است. پسرها قبول می‌کنند، ولی نه به اندازه کافی. به نظر می‌رسد تعداد مردهایی که می‌خواهند فرزندانشان آسیب‌پذیر هستند، بیشتر شده است؛ مردهایی که شوق به عنوان گرفتن نقش پرورش‌دهنده‌شان را به عنوان یک پدر دارند، پدر یعنی کسی که عضلات ورزشی‌اش اجازه می‌دهد قدرت و حمایت در کنار هم تبلور یابد. اما در عوض، پسرهایی را در مدرسه‌ها یا مطبم می‌بینم که ترس‌شان را به عنوان عرض اندامی احمقانه، مانند استفاده از مواد مخدر یا مواردی ساده‌تر از آن، پنهان می‌کنند. وقتی به همتایانشان نگاه می‌کنم، می‌بینم آن‌ها در اقلیت نیستند. پسرهای زیادی را می‌بینم که فقط سعی می‌کنند به شیوه خودشان «در برابر این وضع مقاومت کنند»؛ پسرهایی که رابطه معناداری

با دیگران برقرار نخواهند کرد، چرا که باور کرده‌اند حفظ قدرت، مستلزم نداشتن احساس است، و چون هرگز یاد نگرفته‌اند چگونه فکر یا رفتار کنند، نمی‌توانند غیر از این باشند. و همچنان مردهای بسیاری را می‌بینم که نمی‌توانند آن‌طور که می‌خواهند پدری کنند. اغلب این مردها نسبت به پسرهایشان رفتاری خصمانه و منتقدانه دارند. آن‌ها هم علی‌رغم تمایلشان داشتن رفتاری غیر از این، و پسرهایشان را بیشتر و بیشتر به سوی حبس شدن در صندوقی پر از انتظارات غیرممکن و احساسات رکب‌آمیز سوق می‌دهند.

و من می‌کنم تنها مورد از دست‌رفته جعبه‌ابزار عاطفی پسر را تشخیص دهم. بعد از آن به مورد انعطاف‌پذیری می‌رسم. دوران نوجوانی، قطعاً برهه‌ای از زمان است که همراه با تغییرات سریع، و انعطاف‌پذیری مهم‌ترین ابزار رشد را برای دوران است. بسیاری از پسرهایی که می‌بینم، به دلیل وجود حس مردانگی‌شان، چنان در تنگنا قرار گرفته‌اند که نمی‌توانند از پسر بودنشان لذت ببرند. وقتی به گذشته نگاه می‌کنم و دورانِ پسرچگی خودم را مرور می‌کنم، می‌توانم مزیت برخورداری از انعطاف‌پذیری باهدف داشتن احساس نزدیکی به هم‌ذات‌پنداری بیشتر با پدرم و مادرم را تشخیص دهم.

من در خانواده‌ای بزرگ شدم که سه پسر داشتند و دوران اولیه زندگی‌ام به شادی و سرگرم بودن با مشغولیت‌های پسرانه گذشت؛ دورانی که بیشتر دور از خانه و مشغول بازی‌های جنگی و بیس‌بال بودم. اما همچنین از لحاظ هوشی کنجکاو بودم و با اشتیاق هرچه در دسترس مطالعه می‌کردم؛ مطالعه‌ام اغلب درباره جنگ یا بیس‌بال بود، اما علاوه بر آن درباره دانشمندان، پزشکان و کاشفان نیز کتاب‌هایی می‌خواندم. الان که نگاه صادقانه‌تری به خودم می‌اندازم، متوجه می‌شوم که من دلبستگی‌های دوران بچگی‌ام را کنار نگذاشته‌ام. در میان حدود بیست کتابی که در اتاقم و روی میز کوچک کنار تختم هست، سه تایشان درباره

نبرد گیتزبرگ^۱ است و شش‌تای دیگر، نبردها یا جنگ‌های دیگری را شرح می‌دهند.

بخشی از این علاقه نسبت به تاریخ جنگ‌ها، ریشه در این دارد که پدرم کهنه‌سرباز جنگ جهانی دوم بود. وقتی پسر بچه بودم، شیفته ارتش بودم. از پدرم درباره اینکه چه تعداد آلمانی کشته است یا اینکه سوار تانک شدن چه احساسی دارد، سؤال‌های بی‌شماری می‌پرسیدم. با بررسی آمیخته با احترام نسبت به تجربه‌هایش، اغلب مخفیانه به اتاق خوابش می‌رفتم تا به مدال‌هایش نگاه کنم که در جعبه زینتی‌اش جابخوش کرده بودند. پدر آن‌ها را در کشوی جوراب‌هایش نگه می‌داشت. از روی حس ششمی که داشتم، می‌دانستم این مدال‌های افتخار، مهم هستند و درواقع مدرک حیوانه‌انگی او محسوب می‌شوند.

اگر از من وقتی شش ساله بودم، می‌پرسیدید در آینده می‌خواهم چطور مردی شوم، واژه سرباز در پاسخم قطعاً نقش مهمی داشت. اما وقتی زمان رفتن به جنگ در ویتنام فرا رسید، دنیا را جور دیگری دیدم. درعوض در نظر گرفتن این موضوع که به نیروی زمینی ملحق شوم یا نیروی دریایی، به این می‌اندیشیدم که آیا حقیقتاً می‌توانم پاسخگوی سؤال‌های هیئت اعزام به خدمت باشم و به چنان وجه اجتماعی‌ام را به‌عنوان معترضی وظیفه‌شناس حفظ کنم. زیرا می‌توانستم به حرف‌های پدرم درباره وظیفه امریکا برای جنگ با کوبا گوش کنم؛ گفت‌وگویمان در نهایت تبدیل به جنگ می‌شد.

به‌عنوان یک روان‌درمانگر، تنها کاری که می‌توانم بکنم این است که درباره ارتباط بین فهرست کتاب‌هایی که در حال حاضر مطالعه می‌کنم و درگیری دائمی خودم با مسائلی که مربوط به جنگ ویتنام و پدرم می‌شد،

۱. جنگ‌های داخلی امریکا، نبرد گیتزبرگ در ۱۸۶۳ در پنسیلوانیای
 امریکا به‌وقوع پیوست - مترجم.

حدس‌هایی بزنم. همچنان‌که به توصیف مردان در نبرد ادامه می‌دهم. از خودم می‌پرسم آیا سعی دارم به عمق افسون رمزآمیز جنگ رخنه کنم و تجربه‌ای مشترک و عمیق را با پدرم کشف کنم.

پدرم مرا با دیگر علاقه‌دوران پسربچگی‌ام، یعنی همان بیس‌بال، آشنا کرد. دو زمین بیس‌بال معروف آن زمان به نام پارک کمیسکی^۱ و ریگلی^۲ در واقع مهد برگزاری مسابقه‌ی اصلی بیس‌بال پسران شیکاگو حساب می‌شدند، برای من فضایی بسیار دوست‌داشتنی بودند. من نیز مثل دیگر بچه‌ها، بزرگ‌تری به نام تیم^۳ داشتم که جوایز رقابت با او بودم. اولین سال‌های زندگی تیم، با عشق بسیار به بیس‌بال گذشت، و من اگرچه جوان‌تر از او بودم، و کم‌استعدادتر از او بودم، خوشحال بودم که می‌توانستم به او نزدیک و ممکن با او همراهی کنم. هنوز هم با بیش از چهل و پنج سال من در رابطه با سافت‌بال شرکت می‌کنم، و تنها چیزی که واقعاً می‌خواستم با پدرم به اشتراک آمده از نگارش این کتاب بخرم، ماشینی بود که توپ‌های سافت‌بال را از سطل خلوت خانه‌ام جمع کند.

جنگ و بیس‌بال تقریباً علاقه‌های کلیشه‌ای دوران پسربچگی‌ام بودند. اما در این میان مدیون رابطه‌ی صمیمانه با مادرم هستم، که باعث شد و رای محدودیت‌های قدیمی، قالب مذکور بشناسم. من خاطرات بسیار شادی از دوران آشپزی با مادرم و آموزش‌های او دارم (هنوز هم آشپزی را دوست دارم، ولی هرگز نتوانستم واقعه‌ی آشپزی را یاد بگیرم). شاید این‌ها با ارزش‌تر از همه آن چیزهایی هستند که تاکنون آموخته‌ام، زیرا وقتی برای انجام این جور کارهای معمولی خانه با مادرم وقت می‌گذراندم، همیشه از اینکه در خانه و در حضور یک زن بودم، احساس آرامش می‌کردم. درواقع، آن ساعت‌هایی که در آشپزخانه

1. Comiskey park
3. Tim

2. Wrigley Field

می‌گذرانند، شروعی بود برای اینکه یاد بگیرم چگونه با زن‌ها حرف بزنم و چگونه به حرف‌هایشان گوش بدهم.

انعطاف‌پذیری‌ای که در نتیجه این الگوها یا نقش‌های دونقصره به دست آوردم، به من اجازه داد در این دنیای ناهمگون، به‌عنوان یک فرد بزرگسال، آزادانه زندگی کنم. وقتی به‌عنوان درمانگر با یک نوجوان روبرو می‌شوم، این انعطاف‌پذیری، خیلی کمک می‌کند، طوری که بیافته‌ام بسیار راحت می‌توانم از پوسته بزرگسالی‌ام درآیم و هویت مرا تعریف کنیم. این را به خود بگیرم، خواه این هویت دوست داشتنی باشد یا خیر یا هویت باشد یا چالش برانگیز، جزء بچه‌های خوب باشد یا دردسرساز و حتی انعطاف‌پذیری عاطفی از نظر من همیشه با ارزش بوده است، تلاش می‌کنم پسرها را تشویق کنم تا در دنیای عواطف درونی‌شان آزادانه حرکت کنند. خوب است درباره آنچه احساس می‌کنند و دلیل چنین حسی، صادق‌تر باشند.

حالا من خودم پدر هستم و دو دختر جوان بی‌نظیر دارم. وقتی به پسرها و مردان متفاوتی فکر می‌کنم به دخترهایم در آینده خواهند شناخت، حمایت‌های مربوط به پیشرفت علمی پسرها برایم بیشتر از مسائل حرفه‌ای مربوط به شغلم اهمیت پیدا می‌کند. نمی‌خواهم دخترهایم سراغ کسی بروند که خودش را پشت پرده‌ای از خشم و تزلزل پنهان می‌کند و موضع دفاعی به خود می‌گیرد. نمی‌خواهم به مردی علاقه پیدا کنند که به دلیل عدم اعتماد، نمی‌تواند با دیگران رابطه‌ای سمیمی داشته باشد. نمی‌خواهم دخترهایم قلبشان را در اختیار کسی بدهند که ترجیح می‌دهد راه‌های غیرمعمولی را برای تسکین رنج‌های عاطفی‌اش انتخاب کند. می‌خواهم دخترهایم با مردهایی زندگی کنند که نسبت به شریک‌زندگی‌شان لبریز از احساسات عاطفی باشند: قاطع، عاطفی، و مسئول. می‌خواهم دخترهایم برای زندگی مشترک با مردهایی آشنا شوند که نشاط دوران جوانی‌شان را حفظ کرده باشند،

ولی نه به قیمت از دست دادن احساسات عاطفی در زندگی‌شان. ما معتقدیم پسرها، از همان آغاز دوران نوجوانی و جوانی، به شیوه‌ای نظام‌یافته از احساسات عاطفی‌شان دور و به سوی سکوت، انزوا، و بی‌اعتمادی هدایت می‌شوند. موضوع محوری این کتاب آن است که چگونه چنین چیزی پیش می‌آید. این کتاب، علیه یا ضد دخترها یا تلاشی برای ترغیب پسرها برای نشان دادن علاقه نسبت به دخترها، یا کوششی برای «توجه کردن پسرها به دخترها» از طریق هماهنگ کردن بیشتر پسرها با احساسات عاطفی درونی‌شان نیست. فرض ما بر این است که اگر پسرها بهتر درک شوند، و اگر تشویق شوند از طریق مطالعه، به لحاظ عاطفی اطلاع بیشتری به دست آورند، هر دو جنس، حال و روز بهتری خواهند داشت.

کلیدهای پروش عاطفی در پسرها کتابی است دربارهٔ پسرها و امیدواریم یکی از بهترین تا به حال. اگر دنبال یافتن پاسخی ساده به پرسش «چه چیزی سبب می‌شود پسرها آنچه در حال حاضر هستند، تبدیل شوند؟» هستید، بهتر است در جای دیگر دنبالش بگردید. آنچه لایه‌های صفحه‌های این کتاب پیدا خواهید کرد، چشم‌انداز تازه‌ای نسبت به ویژگی‌های پسرهاست و ممکن است پس از این هرگز با چنین چشم‌اندازی روبه‌رو نشده باشید. ما، به عنوان والدین و معلمان، می‌توانیم پیشنهاد کنیم نگاه مختصری به چشم‌انداز قبلی مانده به احساسات درونی پسرها بیندازید، چرا که پسرها در تلاشند هم در این وضع «غیرقابل تحمل رایج» دوران مردانگی‌شان به سر برند. ما به عنوان والدین، مرد، سفر پر از تردیدمان را آغاز کرده‌ایم (و همچنان ادامه می‌دهیم). تألیف این کتاب را با پیشنهادهای مشخص بسیاری دربارهٔ اینکه چگونه والدین بهتری باشیم، آغاز کردیم. در نهایت، دریافتیم بهترین نصیحتی که باید توصیه می‌کردیم آن بود که خیلی ساده پسرها را آن‌طوری که واقعاً هستند، بشناسید، نه آن‌طوری که ظاهرشان نشان

می دهد یا آن طوری که ما می خواهیم باشند. آرزوی قلبی ما این است که آن پيله ای را که پسر ها مصرانه دور خودشان تنیده اند، کنار بزنیم و به شما پیشنهاد کنیم نگاهی به درون قلب و ذهنشان بیندازید. اگر موفق شدیم، امیدواریم شما بتوانید در آینده راحت تر بفهمید چگونه محدودیت های مختلف به هم می پیوندند و در نهایت، احساسات عاطفی پسر ها را تضعیف می کنند. امیدواریم پسر ها را بهتر کنید، و از همه مهم تر، امیدواریم از کنار آن ها بودن لذت بیشتری ببرید. ما در شغل مان به عنوان مانگرواژ ها، با تعداد بسیار زیادی از پسر ها با روحیه های مختلف کار کرده ایم. از میزان انرژی ای که دارند، بهت زده شده ایم. تحت تأثیر حرف های پسر ها، به سر ته آن ها قرار گرفته ایم. از آشفتگی هایشان متأثر شده ایم. و با همه این ها، به یادگی تحت تأثیر توانایی شان در قطع کردن صحبت هایمان، درست در لحظه ای که استفاده از حيله کلیشه های جنسی، و درست وقتی می خواهیم به آنها کمک کنیم تا بتوانند انسان بودن... و پسر بودن چگونه است، از یاد رآمده ایم و عصبانی شده ایم.