

از مردها چه می دانی؟

برای زنان که درک کنند و برای مردان که درک شوند

نویسنده: برندا شوشانا

مترجمان: الهام آرام نیا، سید شمس الدین حسینی

نشر مهر

تهران، ۱۳۸۴

این اثر برگردانی است از:

What he can't tell you...

And Needs to say

شوشانا، برندا. ۱۹۳۹ - م. Shoshanna, Brenda

از مردها چه می‌دانی؟ برای زنان که درک کنند و برای مردان که درک شوند / نویسنده برندا شوشانا؛ مترجمان الهام آرام‌نیا، شمس الدین حسینی. - تهران: مهر، ۱۳۸۳.

ISBN: 964-6142-38-9

۱۹۴ ص.

فهرستفهرستی بر اساس اطلاعات فیبا.

عنوان اصلی: What he can't tell you... and needs to say.

۱. مردان-روانشناسی. ۲. ارتباط بین اشخاص. ۳. روابط زن و مرد

الف. آرام‌نیا، الهام ۱۳۵۳ - ، مترجم. ب. حسینی، سید شمس‌الدین

۱۳۵۱ - ، مترجم. ج. عنوان.

۱۵۵/۳۳۲

HQ ۱۰۹۰/۳۲

۱۳۸۳

م ۸۳ - ۲۷۶۵۱

کتابخانه ملی ایران



خیابان استاد نجات‌اللهی، کوچه خسرو،

بین‌بست پرویزی، پلاک ۳۹، تلفن: ۸۸۰۸۸۸۶

از مردها چه میدانی؟

نویسنده: برندا شوشانا

مترجمان: الهام آرام‌نیا، سید شمس‌الدین حسینی

ویراستار: حمیده رستمی

ناظر فنی چاپ: کامران مجیدی‌مهر

طرح جلد: سیاوش امیراحمدیان

صفحه‌آرایی: مازیار علی‌یاری

نوبت چاپ: چاپ اول ۱۳۸۴

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

چاپ: چاپخانه آسمان

حق چاپ برای نشر مهر محفوظ است.

ISBN: 964-6142-38-9

شابک: ۹۶۴-۶۱۴۲-۳۸-۹

فهرست مطالب

۷	مقدمه
۱۱	فصل اول: او کیست؟
۱۷	فصل دوم: هویت مرد (چگونگی شکل گرفتن آن)
۳۹	فصل سوم: مردان، قدرت و کنترل
۶۵	فصل چهارم: مردان و کار
۸۷	فصل پنجم: مردان و دوستی
۱۱۱	فصل ششم: مردان و عشق
۱۲۹	فصل هفتم: مردان و ارتباط جنسی
۱۴۱	فصل هشتم: مردان و ازدواج
۱۵۹	فصل نهم: مردان و معنویت
۱۷۷	فصل دهم: او را وادار به صحبت کنید

مقدمه

به نظر می‌رسد مهم‌ترین شکایتی که زنان از همسر، دوستان و اعضای مذکر خانواده‌شان دارند این است که مردان صحبت نمی‌کنند. «من نمی‌دانم او درباره‌ی چه چیزهایی فکر می‌کند.» این جمله‌ای است که زنان به دوستان یا درمانگران‌شان می‌گویند. «او هرگز اتفاقی را که برایش می‌افتد به من نمی‌گوید.» «چطور می‌توانم او را به برقراری ارتباط و بیان عقایدش ترغیب کنم؟» در حالی که سکوت ممکن است در آغاز سحرآمیز جلوه کند، در ادامه ارتباط آزار دهنده می‌شود و زن خودش را تنها می‌یابد و نمی‌تواند در این شرایط به وظایفش عمل کند. هر چند زنان نیز ممکن است نتوانند تشخیص دهند که مردان نیز احساس تنهایی و عدم درک شدن می‌کنند.

آنچه این زنان درک نمی‌کنند، این است که مردان شدیداً مشتاق برقراری ارتباط، گفتگو و بیان آنچه برایشان اتفاق می‌افتد، هستند. اغلب آنان به واسطه‌ی نقشهایی که مجبور به ایفای آن هستند یا تجاری که از اعضای خانواده و ارتباطات گذشته‌شان کسب کرده‌اند، سکوت می‌کنند. از آنجا که مردان اغلب خود واقعی‌شان را پشت نقابی پنهان می‌کنند، یا به گونه‌ای محدود عمل می‌کنند که واقعیت وجودی‌شان را نشان نمی‌دهد،

جستجوی آنان برای دستیابی به کمال و خود شکوفایی اغلب بی‌نتیجه است. اغلب خودشان را بیگانه و فاقد هویت حقیقی می‌یابند و پیوسته در جستجوی معنای زندگی هستند. خبر خوب این است که این حالت ارتباطی می‌تواند به شکلی نسبتاً ساده اصلاح شود.

در ابتدا، مرد باید اجازه داشته باشد تا صادقانه درباره‌ی واقعیت وجودی خود صحبت کند. مرد نیاز دارد تا خودش را بپذیرد و احساساتش را نشان دهد تا بتواند از زندگی رضایت پیدا کند.

من این فرصت را داشته‌ام تا به صحبت‌های آشکار و خالصانه‌ی مردان درباره‌ی ترسها، ناراحتی‌ها و شکایت‌هایشان و نیز درباره‌ی خودشان در نقش همسر، معشوق، پدر و دوست‌گوش بدهم. طی این فرایند آموخته‌ام که چه عواملی به مردان کمک می‌کند تا به حدی احساس آرامش کنند که بتوانند آشکارا احساسات و عقایدشان را بیان کنند.

این کتاب به مردان فرصت صحبت کردن می‌دهد و مطالبی را آشکار می‌کند که به ما کمک می‌کند مردانی را که با آنان زندگی می‌کنیم، بشناسیم و دوست بداریم. این کتاب موانعی را که باعث می‌شود مردان خودشان را بشناسند و دوست بدارند، بر آنان آشکار می‌سازد. وقتی بتوانیم عواملی را بشناسیم که مردان را تحت فشار قرار می‌دهد و نیز بر رفتار و علاقه‌ی آنان تأثیر می‌گذارد، چگونگی غلبه بر این فشارها را بهتر درک می‌کنیم و قادر به حل مشکلات و تعارضات خواهیم بود و نیز فضایی را مهیا می‌کنیم که در آن مردان قادر باشند به آنچه می‌خواهند و اهمیت می‌دهند، دست پیدا کنند. پس از درک این مطالب بسادگی متوجه می‌شویم که هر مردی می‌تواند دارای همه‌ی ویژگی‌های زیر باشد:

قهرمان، سلحشور، عاقل، عاشق و حتی احمق.

همه‌ی مردان الگویی آرمانی از شخصیت دلخواه و بهترین مردی که می‌توانند تصورش را کنند، دارند. وقتی مردی قادر باشد درباره‌ی افکارش صحبت کند و درک شود، به بهترین نحو قادر خواهد بود خودش را توصیف کند.

بدقت به آنچه مردان می‌گویند گوش کنید و به آنان اجازه دهید نظریاتشان را مطرح کنند. سپس می‌توانید گوشها و قلبتان را به روی مرد زندگیتان بگشایید تا بتواند نیازش را به شما بگوید و خواسته‌اش را مطرح کند.

این کتاب شما را به سفری اکتشافی خواهد برد. برای کمک به این فرایند اکتشاف، هر فصل شامل آزمونی تحت عنوان پرسشنامه‌ی شخصی است، و معیارهایی برای یادآوری وجود دارد. این پرسشنامه‌ی شخصی به شما اجازه می‌دهد تا مردی را که در زندگیتان هست، با توجه به سوالات مربوط به آن فصل ارزیابی و نمره‌گذاری کنید. پاسخهای به دست آمده تصویر جامع و کاملی از علایق، نیازها و نقاط قوت و ضعف او به شما ارائه می‌دهد.

در انتهای هر فصل معیارهایی برای یادآوری آمده است که راهنما و بینش خاصی برای انواع مختلف مردان بر اساس موضوع مورد بحث آن فصل ارائه می‌دهد.

امیدوارم مردان و زنانی که این کتاب را می‌خوانند، اطلاعات زیادی درباره‌ی خودشان کسب کنند. همچنین امیدوارم این اطلاعات پلی برای پرکردن شکاف تفاوت میان مردان و زنان و مشکلات ارتباطی‌شان باشد. دکتر برندا شوشانا^۱