

مغز زنان

رویکرد عصب-روان‌شناختی

لوان برزندین

ترجمه با افزوده‌هایی از:

دکتر فروغ شجاع نوری - دکتر سیده فاطمه موسوی

اعضای هیات علمی دانشگاه الزهراء



انتشارات برکاس-۱۳۹۴

سرشناسه : بریزنداین، لوان، ۱۹۵۲ - م. Brizendine, Louann
 عنوان و نام پدیدآور : مغز زنان
 مشخصات نشر : تهران: انتشارات پرکاس، ۱۳۹۴.
 مشخصات ظاهری : ۴۱۱ص: مصور. (جغشی رنگی): ۱۴/۵×۲۱/۵س.م.
 شابک : 978-600-7469-06-4
 وضعیت فهرست نویسی : فیپای مختصر
 یادداشت : این مدرک در آدرس <http://opac.nlai.ir> قابل دسترسی است.
 یادداشت : عنوان اصلی: The female braine.
 شناسه افزوده : موسوی، سیده فاطمه، ۱۳۵۷ - مترجم
 شناسه افزوده : شجاع نوری، فروغ الصباح، ۱۳۳۱ - مترجم
 شماره کتابشناسی ملی : ۳۷۷۴۲۴۱

معجز زنان رویکرد عصب - روان شناختی

نویسنده: لولان برزندین

ترجمه با افزودن هادی از: دکتر فروغ شجاع نوری، دکتر سیده فاطمه موسوی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۴۶۹-۰۶-۴ چاپ اول: ۱۳۹۴ چاپ: اطلس

شمارگان: ۵۰۰ جلد قیمت: ۲۳۰,۰۰۰ ریال

www.ketab-2.ir



انتشارات پرکاس

تهران - صندوق پستی ۱۱۶-۱۳۹۱۵

تلفن: ۴۴۶۹۰۷۶۱

فهرست مطالب :

۱۰	درباره مؤلف
۱۱	مقدمه مترجمان
۱۳	آشنایی با بخش‌های مختلف مغز زنان
۱۸	هورمون‌های متوجه در تعامل با مغز زنانه
۲۳	مقدمه : زنانگی یک زن
۲۵	آنچه از ما یک زن می‌سازد
۴۱	فصل اول : تفاوت‌های جنسیتی مغز
۴۳	تفاوت‌های ساختاری در مغز زنان و مردان
۵۱	تفاوت‌های موجود در پردازش مغز دختران و پسران
۵۲	تفاوت‌های مغز دختران و پسران از حیث مواد شیمیایی
۵۴	تصورات قالبی و هشدارها
۵۷	فصل دوم : تولد مغز زنانه
۶۴	کشف احساسات با کشف واقعیت برابر است
۶۷	شنیدن و شنیده شدن
۷۰	همدلی
۷۱	توارث چیزی بیش از ژن‌های مادر
۷۴	مبارزه نکنید

۷۸ دختران با هم بودن - آن هم به شیوه خود - را دوست دارند

۸۴ آموزش بر اساس جنسیت

۸۶ ذهن ریاست پیشه

۹۱ فصل سوم : مغز در حال بلوغ

۹۵ سوار بر امواج استروژن - پروژسترون

۹۹ شیوه های آرام سازی

۱۰۴ پسران پسر باقی می مانند

۱۰۶ ترس از ایجاد درگیری، ترس از تضاد

۱۱۲ مغز با موج عظیمی از استروژن مواجه می شود

۱۱۷ چرا دختران نوجوان عصبانی می شوند؟

۱۲۴ آمنوره

۱۲۵ خطرپذیری و خشونت در دختران نوجوان

۱۲۹ افسردگی

۱۳۰ زیست شناسی دختران شرور

۱۳۵ فصل چهارم: عشق و اعتماد

۱۳۷ عشق و اعتماد

۱۴۰ ذهنیت جفت گیری

۱۴۲ جذابیت شیمیایی

۱۴۵ ارزیابی خطرات بالقوه

۱۴۷ مغز عاشق

۱۵۰	مغز مات شده
۱۵۶	رفتار جنسی، استرس و مغز زنان
۱۵۷	ژن تک همسری
۱۶۰	قطع رابطه
۱۶۳	فصل پنجم: سکس مرکز دوم فرماندهی
۱۶۵	سکس: مرکز دوم فرماندهی
۱۷۲	صرف زمان برای تغییر خلق
۱۷۴	کارکرد ارگاسم زنانه
۱۷۹	تعهد زنان به پیوند زناشویی از دیدگاه زیست‌شناسی
۱۸۲	سوخت لازم برای شعله‌ور شدن عشق
۱۸۵	تقسیم‌بندی بزرگ جنسی
۱۸۷	مجهولات زنان درباره تصور مردان از سکس
۱۸۹	فصل ششم: مغز مادر
۱۹۱	مغز مادر
۱۹۴	کودک و تحولات مغزی
۱۹۸	تولد مغز مادر
۲۰۲	مغز پدر
۲۰۴	کنترل مدارات لذت
۲۰۸	شیردهی و مغز آشفته
۲۱۰	یک مغز خوب مادرانه

۲۱۴	اختلال در تمرکز کاری
۲۱۷	مغز یک مادر ایده آل
۲۱۹	زندگی برای دو نفر
۲۲۱	فصل هفتم : عاطفه: مغز با احساس
۲۲۳	عاطفه: مغز با احساس
۲۲۷	زیست شناسی احساسات غریزی
۲۳۲	ورود به مغز مردان
۲۳۴	وقتی مرد به شیوه ای که زن می خواهد نسبت به او واکنش نشان نمی دهد
۲۳۵	حافظه عاطفی
۲۳۸	هنگامی که مغز زن خشمگین می شود
۲۴۲	اضطراب و افسردگی
۲۴۷	آگاهی از تفاوت ها
۲۴۹	فصل هشتم : مغز یک زن بالغ
۲۵۱	مغز یک زن بالغ
۲۵۵	در چند قدمی یانستگی : آغازی بس دشوار
۲۵۹	آخرین بحران زنان
۲۶۹	رفتارهای عجیب و محیرالعقول
۲۷۲	درون نگری و خود محوری
۲۷۴	فقط شروع کنید
۲۷۵	مرا تنها بگذار

۲۷۷	هورمون‌های مغز زنان پس از یانستگی
۲۸۲	راه چاره
۲۸۵	فصل نهم: آینده مغز زنانه
۲۸۷	آینده مغز زنانه
۲۹۳	پیوست ۱: مغز زن و هورمون درمانی
۲۹۵	مغز زن و هورمون درمانی
۲۹۹	پرسش‌های رایج
۳۰۹	نکته‌ای در خصوص هورمون درمانی: استروژن همراه یا بدون پروژسترون
۳۱۴	رقابت با یکی دیگر از تحلیل برنده‌های مغز: فقدان تستوسترون
۳۱۷	در خصوص شکایات مربوط به مسائل جنسی چه باید کرد و چگونه می‌توان در این باره کمک گرفت؟
۳۲۱	پیوست ۲: مغز زن و افسردگی پس از زایمان
۳۲۳	مغز زن و افسردگی پس از زایمان
۳۲۷	منابع
۳۲۹	References
۴۱۰	نام نامه

دربارهٔ مولف:

لوان برزندین^۱، متخصص در حوزهٔ عصب روان پزشکی از دانشگاه کالیفرنیا، سانفرانسیسکو پایه گذار کلینیک ویژهٔ هورمون و خلق و خوی زنان و دختران جوان می باشد. وی که پیش از این عضو هیات علمی مدرسهٔ پزشکی هاروارد بود، فارغ التحصیل رشتهٔ داروسازی از دانشگاه ییل و عصب-زیست شناسی از دانشگاه کالیفرنیا، برکلی می باشد.

وی به عنوان متخصص مغز و اعصاب در کتاب خود تلاش نموده است تا براساس یافته های آخرین تحقیقات و مطالعات صورت گرفته در حوزهٔ مغز به این پرسش ها، پاسخی بیولوژیکی فراهم نماید. با این وصف، کتاب فیزیولوژی مغز زنان با انتشار در ۲۰ کشور جهان، حاوی نکات ارزنده و متکی به پژوهش های تجربی است که می تواند دانشی ضمنی در مورد نحوهٔ کارکرد مغز و پستوانه ای زیست شناختی برای رفتارها، عواطف، هیجانات و صفاتی فراهم نماید که در متن فرهنگ نوعاً با عناوین زنانه یا مردانه مورد خطاب قرار می گیرد.

خانم دکتر لوان برزندین در حال حاضر با پسر و همسرش در منطقهٔ بای شهر سانفرانسیسکو زندگی می کند.

^۱. Louann Brizendine, MD

از اوایل سال ۱۹۹۰ تا کنون، مطالعات در حوزه مغز، شتاب بیشتری گرفته، و ما شاهد گزارشات جدیدی در حوزه گسترش دریافت و دانش خود از مغز انسان هستیم. عصب شناسان، اکنون قادرند تا به لحاظ کارکردی از تغییرات گردش خون در درون مغز تصویری پیشرفته ارائه دهند، هم چنین آن‌ها مشخص کرده‌اند که چگونه مواد شیمیایی مغز تحت عنوان انتقال دهنده‌های عصبی، حرکات سیگنال‌های الکترونیکی بین نورون‌ها را تحریک یا بازداری می‌کنند. تکنولوژی تصویرنگاری مغز، اطلاعات جزئی فراوانی را برای دانشمندان فراهم نموده است. این اطلاعات نشان می‌دهد که چگونه بخش‌های متفاوت مغز در فعالیت‌های مختلف درگیر می‌شوند. عصب‌شناسان اکنون قادرند فعالیت یک مغز زنده را مشاهده کنند، این تکنولوژی ابزاری شگفت‌انگیز برای تحقیق در مورد چگونگی و ساز و کار مغز و نحوه‌ی نشان نمودن رفتارها، عواطف و شخصیت ما فراهم نموده است.

با عنایت به این که در دو دهه گذشته باور کلیشه‌های جنسیتی آنقدر زیاد بوده که حمایت واقعی از این فرضیه که «دختران نیاز دارند به گونه‌ای متفاوت از پسران با آن‌ها رفتار شود» عجیب به نظر می‌رسد. با توجه به تحقیقاتی که بر روی مغز انسان انجام شده، پسران و دختران از این نظر متفاوت هستند. دانشمندان، بین مغز زنان و مردان بیش از یک‌صد تغییر ساختاری را کشف کرده‌اند، اما این تفاوت‌ها، جنسیت را محدود نکرده، بلکه شناخت ما را از تفاوت‌های موجود بین دو جنس زن و مرد شفاف‌تر نموده تا با آگاهی و

بصیرت نسبت به تصمیم‌گیری‌های خود در حیطه‌های مختلف تعلیم، تربیت، مشاوره و درمان رفتار نماییم. بنابراین، برای باور این که والدین و آموزشگران در ایجاد محیطی که برای پسران و دختران مساوی باشد، باید بیشتر تعمق و احتیاط کنند، دلیل کافی وجود دارد.

چرا زنان توانایی کلامی بالایی دارند؟ چرا آن‌ها در به یادسپاری و یادآوری جزئیات نسبت به مردان نیرومندتر عمل می‌کنند؟ چرا زنان گرایش زیادی به جمع دوستان و گروه‌های زنانه دارند؟ این گونه پرسش‌ها سوالاتی است که هر دو جنس در سراسر عمر در پی پاسخگویی به آن بوده، به نظر می‌رسد انگیزه تالیف و بالطبع ترجمه آن یافتن پاسخ‌های مبتنی بر فرایندهای عصب-روان‌شناختی است تا آگاهی هرچه بیشتری از پیش زمینه‌های رفتاری و روان‌شناختی زنان در خانه و اجتماع برای خوانندگان فراهم نماید. با همین رویکرد، بنا به ضرورت، متناسب با محتوای متن ترجمه، مواردی از سایر منابع نیز افزوده شده، تا جامعیت بیشتری برای محتوای حاضر فراهم نماید.