



Sajtóanyag

„Forradalmi! Ez a könyv segít, hogy jobban megértsen a fiad, az apád, a párod, és hogy te is jobban megértsd őket.” Bettie B. Youngs, Pulitzer-díjra jelölt szerző

WARREN FARRELL ***MIÉRT NEM ÉRTIK A NŐK, AMIT A FÉRFIAK NEM MONDANAK KI,*** ***avagy ki védi meg a férfiakat?***

„Warren Farrell bizonyítja, hogy a férfiak és a nők jobban hasonlítanak egymásra, mint azt sokan gondolnák, ám a nőmozgalmak évtizedei után most már a férfiak vannak krízisben.”
Amy Dickinson, *Time*

Dr. Warren Farrell olyan bestsellerek szerzője, mint *A felszabadított férfi (The Liberated Man)*, a *Miért olyanok a férfiak, amilyenek (Why Men Are the Way They Are)* és *A férfierő mítosza (The Myth of Male Power)*. Könyveit nyolc nyelvre fordították le, és több mint ötven országban kaphatóak. Ő az egyetlen férfi, akit háromszor is beválasztották a NOW (*National Organization for Women – Nők Nemzeti Szervezete*) igazgatótanácsába. Több neves amerikai egyetem tanára, a legnépszerűbb televíziós beszélgetőműsorok gyakori és népszerű vendége.

Szeretet-stratégiák

A kötetben Farrell, a **népszerű párkapcsolati terapeuta és bestseller szerző** rávilágít, hogy a nemek közötti harag a családokat, a munkahelyeket, a médiát és az egész kultúrát átszövi. Mindez felerősíti a férfiak félelmeit, gátlásokat, agressziót, és végső soron a két nem elidegenedését eredményezi.

Mindkét nem nézőpontját ismerve a szerző **forradalmi kommunikációs programot** dolgozott ki. Módszere segítségével a párok elkerülhetik a megszokás csapdáit, amelyek leginkább felelősek a nemek közötti konfliktusokért, és lehetővé teszi, hogy a párok megértsék és „helyesen” szeressék egymást.

Farrell csoportfoglalkozásain és előadásain már több százezer férfi és nő vett részt. A könyvben bemutatott módszerei több évtizedes tapasztalaton alapulnak, és bebizonyították, hogy a **szeretet-stratégiák az élet minden területén döbbenetes pozitív változásokat hozhatnak.**

„**A férfiak élete sem könnyű** – írja **Tari Annamária** pszichoterapeuta a könyv ajánlójában. – Farrell megmutatja az érem másik oldalát: a férfiak sebezhetőségét és érzelmi hozzáállásuk vonásait. Mindennapi problémákra koncentrál, melyek megoldásához egyrészt a kognitív terápia eszközeit ajánlja, másrészt a folyamatos „megértő” kommunikációt. A konfliktusok megoldása minden esetben azon múlik, mennyire vesszük komolyan, hogy az emberi kapcsolatokban a felek felelőssége is közös. A kötődés és az érzelmek talán a legfontosabb

fogalmak az életben. De tudnunk kell, hasonlóan szenved hiányától férfi és nő, csak másképp kommunikálják (vagy sem).”

Ki kell engedni a gőzt!

Warren Farrell jelentős teret szentel annak, hogy elgondolkodtassa olvasóit, vajon miért beszélgetnek keveset a férfiak és nők, miért nehéz az érzelmekről beszélgetni. Nos, a férfiakat úgy nevelik, hogy legyenek erősek, ne mutassák ki érzelmeiket, ne beszéljenek róla, mert azzal visszaélhet a környezetük. A nők elvárják, hogy beszélgessenek velük, hogy közösen átéljék, megéljék az érzelmeiket. De anyaként mégis keményre teszik a fiaikat, a leendő férfiakat. A feleségek egy részének ki nem mondott elvárásai: add haza a fizetésedet, ne kocsmázz, maradj itthon, ha szükségem van rád, ne panaszkodj, de figyelj rám, hallgass meg, érts velem egyet, hiszen én teszek többet itthon, nevelem a gyermekeinket, te csak dolgozz, ha kell, legyen több állásod, ha felneveltük a gyermekeinket, meg is halhatsz. Áttételesen leölik a férjet, mint méhek a heréket. Nem panaszkodhatsz, mert akkor gyenge vagy.

Egy jó párkapcsolat alapja a konfliktusok vállalása, és a konfliktusok felnőttként való profi kezelése. Észlelt véleménykülönbségek mindig lesznek, amelyeket érzelmek és indulatok kísérnek. Az érzelmi, indulati töltet nagysága határozza meg, mennyire súlyos egy konfliktus. Tehát először az érzelmeket kell felszabadítani, hogy ezt követően hozzáférjenek a racionális gondolkodáshoz, az okozati összefüggések feltáráshoz. Ezt úgy lehet jól elképzelni, mintha egy kukta lenne az emberek feje helyén. Ha meg akarjuk nézni, mi a tartalma, ki kell engedni a gőzt, ha lenyomjuk a biztonsági szelepet, előbb vagy utóbb felrobban a kukta, tehát kedves férfiak és nők, tessék kiengedni a gőzt, hogy arról tudjanak beszélni, amiről szó van. (Részlet a magyar kiadáshoz **Végh József** klinikai szakpszichológus és túsztárgyaló által írt előszóból.)

Szerkesztő: Máté Judit

Kossuth Kiadó

3490 Ft

<http://www.kossuth.hu/index.php?o=konyvek&k=2324>

László Ágnes

kommunikációs vezető

www.kossuth.hu