

هنر ظریف دفاع شخصی کلامی

سوزت هیدن الگین

www.ketab.ir



مترجم: سمیرا فرهادی



سرشناسه

عنوان و نام پدیدآور: الگین، سوزت هیدن
Elgin, Suzette Haden

ترجمه سمیرا فرهادی، مشخصات نشر
تهران: انتشارات آتجا، ۱۴۰۲.

۲۷۲ ص.

وضعیت فهرست نویسی: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۹۹-۴۴-۳

فیبا

The gentle art of verbal self defense, c1980

شناسه افزوده: عنوان اصلی:

فرهادی، سمیرا، ۱۳۶۲، مترجم

موضوع: رده‌بندی کنگره

دفاع کلامی از خود

BF۶۳۷

شماره کتابشناسی ملی

۱۵۳/۶

۹۰۵۱۸۳۹

اطلاعات رکورد کتابشناسی

فیبا

سوزت هیدن

طراح جلد

سوزت هیدن

مترجم

طراح گرافیک

سمیرا فرهادی

آتنا ایرون

ویراستار

صفحه آرا

الهام اشجع

شمارگان

شیمای هاشمی

نوبت چاپ

۵۰۰ نسخه

اول، زمستان ۱۴۰۲

قیمت

شابک

۱۶۵۰۰۰ تومان

۹۷۸-۶۲۲-۶۵۹۹-۴۴-۳



فهرست



۱۱	پیش‌گفتار
۱۳	مقدمه
۱۴	چرا باید مهارت دفاع شخصی کلامی را بلد باشید
۱۴	رابطه خشونت کلامی و خشونت فیزیکی
۱۶	رابطه زبان و سلامت
۱۷	رابطه زبان و موفقیت در دنیای امروز
۲۱	فصل اول: چهار اصل بنیادی
۲۷	فصل دوم: پنج الگوی ارتباطی ستیر
۳۷	فصل سوم: هشت الگوی حمله‌های کلامی
	فصل چهارم: حمله‌های بخش «الف»
۴۹	«اگه تو واقعاً...» (۱)
	فصل پنجم: حمله‌های بخش «ب»
۶۳	«اگه تو واقعاً...» (۲)
	فصل ششم: حمله‌های بخش «پ»
	«تو اصلاً به... اهمیت نمی‌دی / اصلاً برات مهم نیست
۷۷	که...»
	فصل هفتم: حمله‌های بخش «ت»
۹۱	«حتی تو هم باید...»
	فصل هشتم: حمله‌های بخش «ث»
۱۰۵	«همه می‌دونن که تو چرا...»



فصل نهم: حمله‌های بخش «ج»	
۱۲۱	«کسی که...»
فصل دهم: حمله‌های بخش «ج»	
۱۳۷	«چرا تو هیچ وقت...»
فصل یازدهم: حمله‌های بخش «ح»	
۱۵۳	«بعضی ها...»
فصل دوازدهم: شگردهای تکمیلی (۱)	
۱۶۷	زبان بدن
فصل سیزدهم: شگردهای تکمیلی (۲)	
۱۸۷	کاریزماتیک بودن
۲۰۹	فصل چهاردهم: فصل ویژه دانشجویان کالج
۲۲۵	فصل پانزدهم: فصل ویژه مهاجمان کلامی
۲۳۷	فصل شانزدهم: فصل ویژه اهداف حمله‌های کلامی
۲۴۹	فصل هفدهم: شگردهای اضطرابی
۲۵۹	فصل هجدهم: دفاع شخصی کلامی در زبان اینترنت
۲۶۷	سپاسگزاری
۲۶۹	درباره نویسنده
۲۷۱	واژه‌نامه

پیش‌گفتار

در سال ۱۹۷۹ که نخستین ویراست این کتاب را نوشتم در زمانه‌ای زندگی می‌کردیم که با امروز بسیار متفاوت بود. آن زمان، مفهوم جامعه جهانی یکپارچه که مردم در همه ساعت‌های شبانه‌روز با هم در ارتباط باشند، مفهومی علمی تخیلی بود. نه خبری از تبلت بود، نه تلفن همراه. این قابلیت که امروزه در دسترس همه نوجوانان است و با آن واقعاً هرگز تنها نمی‌شوند وجود نداشت. بنابراین نیازی نبود که در ویرایش اول مطالبی درباره ایمیل یا هر شکل دیگری از زبان که در ارتباطات الکترونیکی به کار می‌رود، بنویسم. زبان خصوصیت‌آمیز نیز در آن زمان با امروز بسیار فرق داشت، به‌ویژه زبان خصمانه همه «ایسم»‌هایی که هنوز هم ما را می‌آزارند؛ ایسم‌هایی مانند الیتیزم^۱ (نخبه‌سالاری)، سکسیسم^۲ (جنسیت‌گرایی)، رایسیسم^۳ (نژادپرستی)، کلاسیسم^۴ (طبقه‌گرایی) و ایجیسم^۵ (سن‌گرایی). این موضوع در اواخر دهه ۱۹۷۰ آشکارتر و علنی‌تر از امروز بود، مثلاً رئیس دانشکده‌ام بدون هیچ ملاحظه‌ای به من گفت بقیه اعضای هیئت علمی می‌خواستند درباره اختلاف نظری «مدتی مرا دست ببندازند». به علاوه، وقتی این گفته‌اش را توهین تلقی کردم متحیر شد.

1. elitism

2. sexism

3. racism

4. classism

5. ageism

او تظاهر نمی‌کرد، رفتارش کاملاً صادقانه بود. در آن زمانه، در ۱۹۷۹، چیزی که به من گفته بود به‌هیچ‌وجه توهین‌آمیز تلقی نمی‌شد. برای کسی عجیب نبود که مردان از همسرانشان با عبارت «خانم کوچولو»^۱ و از کارمندان زن با عبارت «دخترهای من» یاد کنند.

زمانه تغییر کرده و محیط زبان^۲ عوض شده است (اما من چیزی نمی‌بینم که احساس کنم خصومت یا سمی بودن آن کمتر شده است). به‌نظرم شکاف‌هایی که نسل‌های گوناگون را از هم جدا می‌کند، اکنون گسترده‌تر و عمیق‌تر از هر زمانی است. کودکان امروزی به‌هیچ‌وجه نمی‌توانند دنیای پدربزرگ و مادربزرگ‌ها و پدر پدربزرگ و مادربزرگ‌هایشان را تصور کنند. دنیای آن‌ها مانند دنیای افسانه‌های پریان برایشان بیگانه است. البته این بیگانگی دوجانبه است، یعنی بزرگ‌ترها هم هیچ درکی از دنیای نسل‌های جوان‌تر ندارند.

شاید از همه عجیب‌تر سرعت رشد آسای وقوع این انقلاب باشد. هیچ نشانه‌ای مبنی بر کاهش شتاب این تحولات دیده نمی‌شود و اکنون عدم قطعیت درباره آینده به‌حدی رسیده است که هیچ‌یک از ما در هر سن و سالی در اواخر دهه ۱۹۷۰، حتی نمی‌توانستیم تصورش کنیم. امروز نمی‌دانیم دنیا به معنای دقیق کلمه «جهان»، در آینده‌ای که به‌سرعت به سمت ما هجوم می‌آورد چگونه خواهد بود. تردیدی نیست که زمان آن رسیده بود که نسخه جدیدی از این کتاب ارائه شود، نسخه‌ای بازبینی‌شده و به‌روزرسانی‌شده برای دنیای امروز. از انتشارات فال ریور^۳ سپاسگزارم که از من خواست ویراست جدید این کتاب را بنویسم. سوزت هیدن الگین

۱. the little woman؛ در ایران نیز هنوز برخی مردان وقتی می‌خواهند درباره همسرشان صحبت کنند از واژه «بچه‌ها» استفاده می‌کنند، مثلاً می‌گویند «بچه‌ها رفته بودند بازار خرید...» م.

۲. محیط زبان به مجموعه مکان‌هایی گفته می‌شود که زبان در آن ابزار اصلی ارتباط است، از ارتباط‌های رودررو گرفته تا فضاهای مجازی مانند شبکه‌های اجتماعی... م.