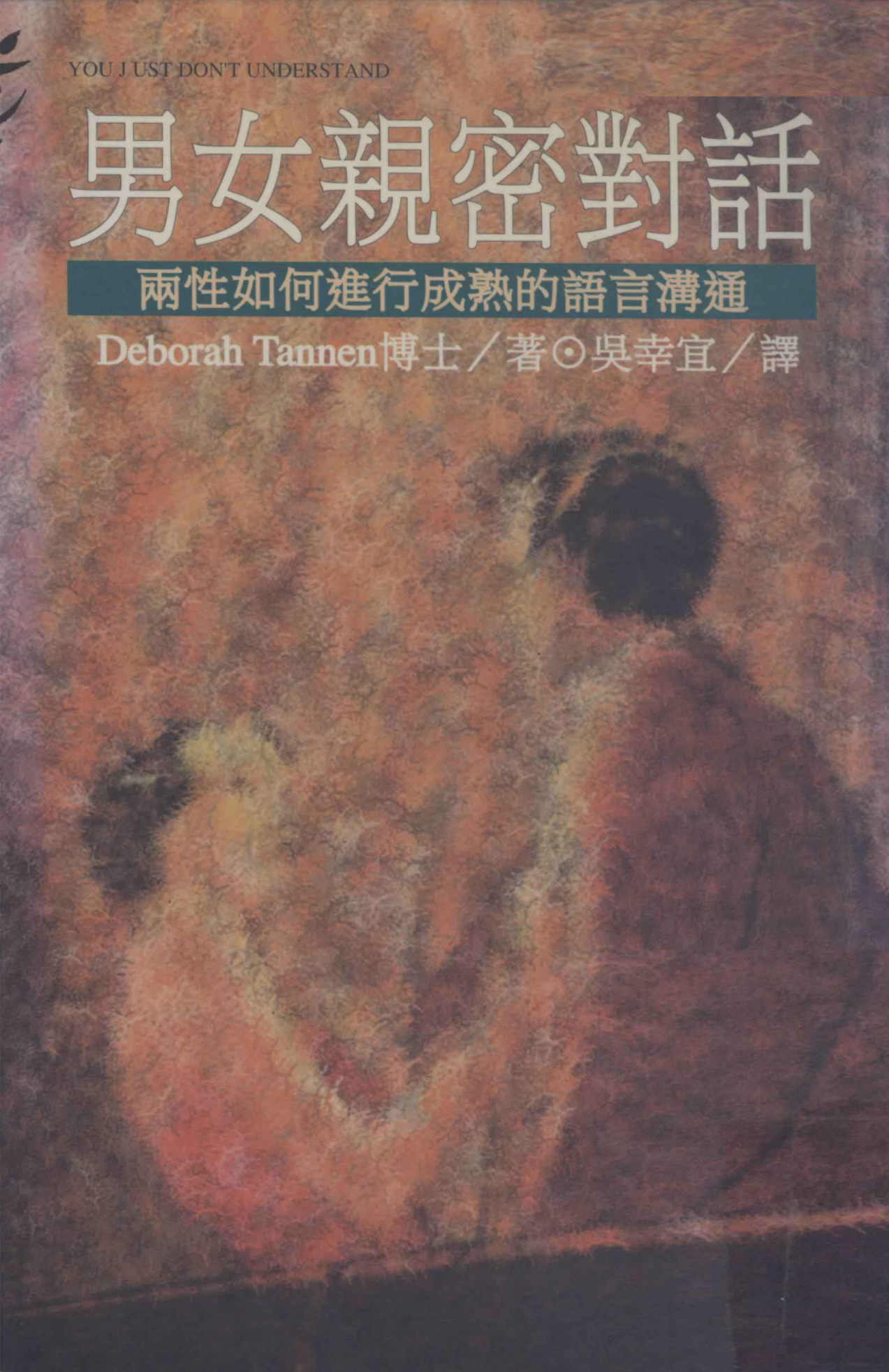


YOU JUST DON'T UNDERSTAND

男女親密對話

兩性如何進行成熟的語言溝通

Deborah Tannen博士／著◎吳幸宜／譯



至幾近奢求。針對男女相衝突的需求，泰南博士認為：溝通與傾聽是維持雙方平衡的最佳工具。當你的所說、所思、所感都能引起對方的共鳴時，彼此的差異便不會成為溝通的障礙了。男女交談若能以不互相指責的方式進行，「你不了解我」的抱怨便將日漸減少。

——編輯室報告



黛柏拉·泰南(Deborah Tannen)博士是柏克萊加州大學的語言學博士，現為喬治城大學語言學教授。她是一位享譽國際的學者，曾到世界各地演講，並獲有國家人文獎章、洛克斐勒基金會、國家科學基金會獎助等榮譽。泰南著有許多語言學方面的書籍，除廣受讚譽的本書外，尚有《你誤解了我的意思》(*That's Not What I Meant!*)，為讀者找出溝通何以成功或失敗的原因。

ISBN 957-32-2115-2 (177)



00200



9 789573 221159

A3082

NT\$200

吳靜吉博士策劃

大眾心理學叢書

.....
每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識

82

男女親密對話

You Just Don't Understand

Copyright © 1990 by Deborah Tannen, Ph.D.

Published by arrangement with Deborah Tannen

through Bardon-Chinese Media Agency

Chinese edition copyright © 1992 by Yuan-Liou Publishing Co., Ltd.

All rights reserved

大眾心理學叢書⑫(原大眾心理學全集⑭)

男女親密對話

◆ 兩性如何進行成熟的語言溝通 ◆

原 書 / You Just Don't Understand

作 者 / Deborah Tannen, Ph.D.

譯 者 / 吳幸宜

原出版處 / William Morrow and Company, Inc.

策 劃 / 吳靜吉博士

主 編 / 大眾心理學叢書編輯室

責任編輯 / 楊豫馨・林麗菲

發行人 / 王榮文

出 版 者 / 遠流出版事業股份有限公司

臺北市汀州路3段184號7樓之5

郵撥 / 0189456-1

電話 / 365-3707 電傳 / 365-8989

發行代理 / 信報股份有限公司

電話 / 365-1212 電傳 / 365-7979

法律顧問 / 王秀哲律師・董安丹律師

著作權顧問 / 蕭雄淋律師

印 刷 / 優文印刷股份有限公司

臺北縣土城市永豐路195巷29號 電話 / 262-2379

☐ 1992(民81)年1月1日 新版一刷

☐ 1994(民83)年2月1日 二版一刷

☐ 1994(民83)年7月16日 二版二刷

行政院新聞局局版臺業字第1295號

售價 200 元 (缺頁或破損的書, 請寄回更換)

版權所有・翻印必究 Printed in Taiwan

ISBN 957-32-2115-2(原英文版 ISBN 0-688-07822-2)

版權代理 / 博達著作權代理有限公司

男女親密對話

黛柏拉·泰南博士 著 吳幸宜 譯

You Just Don't Understand

Deborah Tannen

《大眾心理學叢書》

出版緣起

王榮文

一九八四年，在當時一般讀者眼中，心理學還不是一個日常生活的閱讀類型，它還只是學院門牆內一個神秘的學科，就在歐威爾立下預言的一九八四年，我們大膽推出《大眾心理學全集》的系列叢書，企圖雄大地編輯各種心理學普及讀物，迄今已出版達二百種。

《大眾心理學全集》的出版，立刻就在台灣、香港得到旋風式的歡迎，翌年，論者更以「大眾心理學現象」為名，對這個社會反應多所論列。這個閱讀現象，一方面使遠流出版公司後來與大眾心理學有著密不可分的聯結印象，一方面也解釋了台灣社會在羣體生活日趨複雜的背景下，人們如何透過心理學知識掌握發展的自我改良動機。

但十年過去，時代變了，出版任務也變了。儘管心理學的閱讀需求持續不衰，我們仍要虛心探問：今日中文世界讀者所要的心理學書籍，有沒有另一層次的發展？

在我們的想法裡，「大眾心理學」一詞其實包含了兩個內容：一是「心理學」，指出叢書的範圍，但我們採取了更寬廣的解釋，不僅包括西方學術主流的各種心理科學，也包括規範性的東方

心性之學。二是「大眾」，我們用它來描述這個叢書「閱讀介面」，大眾，是一種語調，也是一種承諾（一種想為「共通讀者」服務的承諾）。

經過十年和二百種書，我們發現這兩個概念經得起考驗，甚至看來加倍清晰。但叢書要打交道的讀者組成變了，叢書內容取擇的理念也變了。

從讀者面來說，如今我們面對的讀者更加廣大、也更加精細(sophisticated)……這個叢書同時要了解高度都市化的香港、日趨多元的台灣，以及面臨巨大社會衝擊的中國沿海城市，顯然編輯工作是需要梳理更多更細微的層次，以滿足不同的社會情境。

從內容面來說，過去《大眾心理學全集》強調建立「自助諮詢系統」，並揭發「每冊都解決一個或幾個你面臨的問題」。如今「實用」這個概念必須有新的態度，一切知識終極都是實用的，而一切實用的卻都是有限的。這個叢書將在未來，使「實用的」能夠與時俱進(update)，卻要容納更多「知識的」，使讀者可以在自身得到解決問題的力量。新的承諾因而改寫為「每冊都包含你可以面對一切問題的根本知識」。

在自助諮詢系統的建立，在編輯組織與學界連繫，我們更將求深、求廣，不改初衷。

這些想法，不一定明顯地表現在「新叢書」的外在，但它是編輯人與出版人的內在更新，叢書的精神也因而有了階段性的反省與更新，從更長的時間裡，請看我們的努力。

編輯室報告

男：你是怎麼了？……

女：沒什麼啊！……

男：有話直說，幹嘛這個樣子？

女：你一點都不了解我，如果你愛我，應該知道我的感受，根本不必多問！

這是一則毫無建設性的談話，他們的交流訊息充滿了敵意，在未體會對方的感覺、了解彼此的需要之前，就給對方掛上「你不了解我」的罪名，這是多麼大的心理負擔啊！

在日常生活中，你和另一半（情侶或配偶）是否也常有類似的情況發生？你是不是因為不知如何與他（她）交談或對話不得體而感到困擾？作者黛柏拉·泰南博士（Deborah Tannen, Ph.D.）針對兩性不同的語言所產生的互動關係，舉例並分析各種可能狀況，抽絲剝繭地整理出這一本兩性對話參考書，讓讀者在各式情境中，都能與你的另一半做最充分的溝通與交流。本書作者為柏克萊加大語言學博士。在撰寫《你誤解了我的意思》（*That's Not What I Meant*，已收入遠流大衆心理學叢書四八號）一書後，因一針見血地指出談話風格是人際溝通的重要關鍵，而獲得讀者熱烈的迴響。她再接再厲以談話風格與兩性相處為主題完成此書，出版後立刻登上美國非文學類暢銷書排行榜，迄今已踞榜首近三十週而不墜。國內尚未見到類近主題的討論，於是我們特地取得這兩本書的獨家翻譯權，編入大

衆心理學系列，希望爲國內讀者提供吸收與思索此領域知識的機會。

在本書中她指出：兩性成長型態的不同與時代環境的改變，會使雙方的語言鴻溝益形擴大。於是，許多男人根本不知道女人到底想要什麼；而女人也不了解，爲什麼男人會覺得她們所要的東西令人不解，甚至幾近奢求。針對男女相衝突的需求，泰南博士認爲：溝通與傾聽是維持雙方平衡最佳的工具。事實上，男女共處並不完全是因爲性的吸引或其他的力量使然，我們所真正尋覓的是一個能夠聽得懂我們內心世界的人，我們需要別人聽我們說話，更希望被對方了解。當你的所說、所思、所感都能引起對方的共鳴時，彼此的差異便不會成爲溝通的障礙了。

同理心，也是兩性都應鑽研的課題！女性可從男人那兒學習如何接受衝突，而不將它們視爲對親密的威脅；男人則可從女性那兒學到如何互相依賴，而不將它們視爲對自由的威脅。學著去了解各自型態的差異，便能避免所有的困惑與指責了。

女：你怎麼了，我不是有什麼地方不對？

男：你爲什麼口無遮攔？

女：也許是我的表達方式不對吧！對不起，我沒顧及到你……

男：也許我們需要再溝通，我不怪你。

男女交談若能以不互相指責的方式進行，歧見不會擴大，僵局也能化解，兩性的差異不再彰顯，「你不了解我」(You just don't understand!)的抱怨便將日漸減少了。

(江堂榮執筆)

國立中央圖書館出版品預行編目資料

男女親密對話：兩性如何進行成熟的語言溝通

／黛柏拉·泰南 (Deborah Tannen) 著；吳幸宜譯。

--二版。--臺北市：遠流，民83

面； 公分。--(大眾心理學叢書；82)

譯自：You Just Don't Understand

ISBN 957-32-2115-2(平裝)

1.溝通 2.人際關係

177.1

82010063

〔專業社會導師的傑作〕

吳靜吉的創作系列

- 心理與人生——或許我們都沒有問題，或許我們都有問題
- 心理與生活——如何了解自我、發展自我
- 青年的四個大夢——人生價值、良師益友、終身事業、愛的尋求
- 追求人際關係的成長——三十五種組織中的訓練
- 害羞、寂寞、愛——你是否因害羞而寂寞？因寂寞而沒有能力愛？
- 人生的自我追尋——在自我追尋的歷程中，為人生定位方向

吳靜吉，台灣宜蘭人，明尼蘇達大學教育心理學博士，對戲劇、舞蹈亦頗有研究，曾任政大心理系主任、教授，現為學術交流基金會負責人。在教書與工作之餘，吳博士博覽心理學書籍，並積極參與演講、討論會等社會活動，在與大眾深入接觸後，為社會大眾撰寫了一系列的心理學知識專著，幫助你了解自我、發展自我，進而肯定自我、突破自我。在如此一個充滿社會壓力與人際關係的世界裡，心理學的認識與體會，將使你在文明社會中，活得更快樂、更有尊嚴。

〔開啓心靈智慧・體現圓滿人生〕

鄭石岩的清心九書

- ・清心與自在——佛法的心理學分析
- ・優游任運過生活——從佛法中汲取積極開朗的生活態度與智慧
- ・禪悟與實現——體現生活的藝術，追求心靈的自由
- ・禪語空人心——在禪的清淨灘瀨中，尋求成功的人生
- ・清涼心菩提行——以佛家清醒的智慧，創造圓滿豐足的人生
- ・禪・生命的微笑——以禪法實現自我，做生活的主人
- ・悟・看出希望來——體驗〔頓悟〕的生活智慧
- ・覺・教導的智慧——應用禪式教學
- ・活出豪氣來——樹立現代新英雄形象

鄭石岩，政治大學教育研究所碩士，並曾赴美研究，及任教於政大教育系。現為教育部訓育委員會常委。鄭教授自幼研習佛法，參修佛學多年，並對心理學與教育學有深入的研究，可謂融合了西方科學與東方宗教修行的實踐家。而佛學的生活智慧長久以來已深藏在中國人的集體潛意識中，他相信這份獨有的性靈藝術將能引導我們在此紛紜擾攘、價值觀念分歧的大千世界中，建立積極開朗的人生哲學。

〔由成長到成熟，爲您拼出女性成熟圖像〕

薇薇夫人的女性三部曲

・情感與人生——探討「人與自己」、「人與他人」等的根源問題

・一個女人的成長——教妳做個快樂有智慧的女性

・一個女人的成熟——對女性社會化的一連串問題，提供具說服力的建議

正如約翰·奈思比在《二〇〇〇年大趨勢》中所言，二十一世紀將是女性嶄露頭角的時代。隨著這股女性意識的覺醒及追求自我成長的熱潮，「女性書」已躍升爲暢銷書排行榜上的常客。對台灣女性生活的觀察已有二十六年之久的專欄作家薇薇夫人，長久以來發表了許多有關本土女性議題的作品。從《情感與人生》、《一個女人的成長》到《一個女人的成熟》，所展現的不僅是薇薇夫人對台灣女性如何適應社會的親身經歷，更反映了大多數女性同胞的共同心聲。

〔隨時給自己激勵成長的機會〕

追求成長系列

- 開放的成熟——一種創造性成熟的生命策略
- 怎樣激發潛能——激發人類未開發的無限潛能
- 割斷臍帶做大人——孝敬你的父母，但勇敢地創造自我！！
- 如何轉弱為強——釐清現代人內心深處的憂慮，審視「弱點」的價值
- 改造一生的計畫——開啓你成功的第一扇門
- 創造性舞蹈——透過身體動作探索成長的自我

處於競爭激烈的工商社會，沒有進步就是意謂著被人超越。因此，隨時充電，給自己激勵成長的機會，已經是忙碌的現代人迎向生活不可缺少的助力。

本系列的書，即是為企圖開展成功人生的讀者提出一套生命策略，以創造性的成熟追求自我成長，並成為無憂無懼接納自己的獨立個體。

〔在忙碌的日常生活中，身體與心理都需要保健〕

身心健康系列

- 性心理手冊——國內第一本探討兩性心理的專書
- 如何消除緊張——利用心理學技巧，泰然自若的面對生活壓力
- 成人保健書——尋求健康生活的指標
- 鑽出牛角尖——解開情緒上的死結，永遠不再鑽入牛角尖
- 生活有力的藝術——享受生命的愛、感覺、快樂
- 逆境中的快樂之鑰——突破生活困局的自救處方
- 快樂訣——如何長期經營「快樂」這個人生最寶貴的資產
- 快樂如何追求——尋訪現代精神生活的桃花源
- 保持最佳狀態——如何規劃一生的心理健康

身心有如一體兩面，任何一面承受的壓力與不適，都會反映在另一面，兩者之間可以說是互為因果，互相影響。在忙碌的現代生活中，身體與心理都需要保健，如何規劃一生的健康生活，享受生命的愛、感覺與快樂，正是本系列書籍希望提供給讀者的。

〔聽聽兒童問題專家的意見〕

鄭信雄醫師的感覺統合治療法

- 如何幫助學習困難的孩子——敏感、分心、笨拙孩童的感覺統合治療實務
- 突破孩童學習障礙——暴躁、好動不安兒童的感覺統合治療實務
- 如何幫助情緒困擾的孩子——情緒障礙、學習障礙、自閉症、資賦優異學童的感覺統合治療案例

以往教育心理學界和精神醫學界都忽略了孩童學習困難與情緒障礙的生理成因，直到美國南加州大學艾爾絲 (Ayers) 博士，研究腦部如何處理眼睛、耳朵、皮膚和身體其他部位所傳輸進來的基本感覺，進而提出：「感覺統合失常，是孩童學習障礙和情緒困擾的重大原因」，才奠定了感覺統合治療的基礎。

鄭信雄醫師是將此種治療引入國內的第一人，並曾與台北市數所小學合作推行成功的治療活動。這三本書正是他把國內進行的實務原則和經驗做有系統的整理，可供家長或老師從事家庭教育與學校教學時參考。

〔0~10歲兒童創造力系列〕

胡寶林的兒童教育新法

- 戲劇與行為表現力——愛扮演的孩子敢於流露感情
- 繪畫與視覺想像力——愛畫圖的孩子眼光銳利
- 立體造形與積極自我——愛做手工的孩子會積極生活
- 音樂韻律與身心平衡——愛律動的孩子身心愉快

創造力與生俱來而又潛在，必須透過適當的教育啓發。西方的現代心理教育學家已肯定了兒童在四歲前的智力發展潛力，理論上可達到一生的百分之五十。因此發展天賦的創造力，應從嬰兒開始。

本套叢書作者胡寶林教授認為，兒童創造力教育應該是趨向完成自我的人格教育而非才藝教育，兒童應依不同的天賦智能給予平等及多樣的後天啓發，使其在成長過程中獲得整體的成熟；在未來的日常生活與思想活動中富有創造動力。各種項目的才藝教育，不是最終目的，而是工具。

透過戲劇、繪畫、立體造形、音樂韻律等四種項目的培養，可幫助孩子處理感情、視覺經驗、觸覺、聽覺和身體動力的問題。