



ΜΗΝΑΣ ΝΙΤΣΟΠΟΥΛΟΣ
ΚΛΙΝΙΚΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

Τι σημαίνει
σήμερα
να είσαι άντρας



ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΣΗΜΕΡΑ
ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΑΝΤΡΑΣ

Σειρά: Ψυχολογία
Τίτλος: Τι σημαίνει σήμερα να είσαι άντρας
Συγγραφέας: Μηνάς Νιτσόπουλος
Επιμέλεια: Ε. Κ. Χ.
Σελιδοποίηση: Αλίκη Τριανταφυλλίδου
Προσαρμογή εξωφύλλου: Έλενα Ματθαίου
Θεώρηση Δοκιμίων: Εύη Ζωγράφου

Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή, ολική, μερική ή περιληπτική, ή η απόδοση κατά παράφραση ή διασκευή του περιεχομένου του βιβλίου με οποιονδήποτε τρόπο, μηχανικό, ηλεκτρονικό, φωτοτυπικό, ηχογράφησης ή άλλο, χωρίς προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη. Νόμος 2121/1993 και κανόνες του Διεθνούς Δικαίου που ισχύουν στην Ελλάδα.

Copyright © Νοέμβριος 2018 Μηνάς Νιτσόπουλος & ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΕΝΑΛΙΟΣ
Σόλωνος 136, 106 77, Αθήνα
Τηλ.: 210 3829339, 210 3803925 Φαξ: 210 3829659
e-mail:sales @enalios.gr
www.enalios.gr
ISBN 978-960-536-571-4

ΜΗΝΑΣ ΝΙΤΣΟΠΟΥΛΟΣ

ΚΛΙΝΙΚΟΣ ΨΥΧΟΛΟΓΟΣ

ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΣΗΜΕΡΑ

ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΑΝΤΡΑΣ



Πίνακας Περιεχομένων

ΕΙΣΑΓΩΓΗ	13
Το Παράπονο των Αντρών	13
Ο Φάυλος Κύκλος	13
Η Επίθεση του Φεμινισμού	14
Η Νέα Εικόνα	15
Η Φανταστική Εικόνα (ψευδαίσθηση)	16
ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΣΗΜΕΡΑ ΝΑ ΕΙΣΑΙ ΑΝΤΡΑΣ	19
Η Αντρική Αντεπίθεση	19
ΟΙ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ	27
Διαφορές στο Έμβρυο	27
Η Εξερεύνηση του Κόσμου και τα Φύλα	27
Το Κλάμα και η Βιολογία του	29
Οι Γυναίκες Ρωτούν	30
Οι Φιλίες	31
Τα Συναισθήματα	32
Ο ΓΑΜΟΣ: ΟΙ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΠΟΥ ΕΝΩΝΟΥΝ	35
Οι Πρώτες Αψιμαχίες: Οι Συζητήσεις	35
Γυναίκες: Συναισθηματικές Μάνατζερ	35
Άντρες: Κακοί Ψυχολόγοι	36
Γυναίκες: Αρέσκονται σε Καυγάδες, Γκρίνια, Μουρμούρα ..	37
Άντρες: Ψύχραιμοι, αλλά Φοβισμένοι	37
Άντρες και Γυναίκες: Αλληλοσεβασμός Ιδιαιτεροτήτων	38

ΑΝΤΡΑΣ ΚΑΙ ΓΥΝΑΙΚΑ: ΓΕΝΝΙΕΣΑΙ Ή ΓΙΝΕΣΑΙ;	39
Όλα στο Μυαλό μας	39
Νευροσεξισμός	40
Η Πλαστικότητα των Νευρώνων	40
Το Μητρικό Γονίδιο	41
Η Ισορροπία Δυνάμεων	42

ΟΙ ΒΙΟΛΟΓΙΚΕΣ ΔΙΑΦΟΡΕΣ ΕΥΧΗ

ΚΑΙ ΚΑΤΑΡΑ ΤΑΥΤΟΧΡΟΝΑ	43
Τα Συν και τα Πίλην του Αντρικού Φύλου	43
Κάποιες Διαφορές των Φύλων	44
Μερικά Παραδείγματα Ακρότητας	45
Το «Ανάπηρο» 46ο Υ-Χρωμόσωμα των Αντρών	45
Σεξουαλική Επιλογή ή Γιατί οι Άντρες Είχαν Πάντα Χαρέμια	46

ΠΡΟΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟΥΣ ΚΑΥΓΑΔΕΣ	49
Ο Άντρας, η Γυναίκα και ο Εγκέφαλός τους	49
Ο Δήμιος του Έρωτα	49
Γυναικείος Εγκέφαλος. Διαπλεκόμενος	49
Αντρικός Εγκέφαλος: Διαφοροποιημένος	50
Στο Έλεος των Ορμονών	51

ΑΝΤΡΙΚΕΣ ΦΙΛΙΕΣ: ΑΛΛΗ ΠΟΙΟΤΗΤΑ	53
Οι Τρεις Σωματοφύλακες	53
Η Ποιότητα της Φιλίας	54
Άλλες οι Ανάγκες των Αντρών	55
Τα Αντίδοτα	56

Ο ΑΝΤΡΑΣ ΩΣ ΑΡΣΕΝΙΚΟΣ ΚΑΙ ΩΣ ΠΑΤΕΡΑΣ	57
Αν Μιλούσαν... οι Άντρες	57

Η Αντρική... Θηλυκότητα.....	57
Τα Επτά Στοιχεία της Δυστυχίας του Άντρα και το Σεξ	58

ΓΙΑΤΙ ΟΙ ΑΝΤΡΕΣ ΖΟΥΝ ΛΙΓΟΤΕΡΟ

ΑΠΟ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ	61
Οι Άντρες Επισκέπτονται πιο Σπάνια τους Γιατρούς	61
Οι Άντρες δεν Φροντίζουν την Υγεία τους	62

ΔΩΣΤΕ ΧΩΡΟ ΣΤΟΝ ΠΑΤΕΡΑ	65
Ο Πατέρας Είναι Αλλιώς	65
Ο Πατέρας και το Μωρό	66
Πατέρας και Έφηβος	66
Πατέρας και Σεξ	67

ΟΤΑΝ ΑΠΟ ΕΝΑΝ ΑΝΤΡΑ ΓΕΝΝΙΕΤΑΙ

ΕΝΑΣ ΠΑΤΕΡΑΣ	69
Ο Άντρας Τροφέας, ο Άντρας Παιδαγωγός	69
Η Ημέρα (ή ο Αιώνας) του Άντρα	69
Έρευνα στην Οξφόρδη: ο Καλός Πατέρας	69
Ο Πατέρας εκτός Γάμου	70
Έρευνα στη Γερμανία: οι Καλές Σχέσεις	71

ΜΥΘΟΙ ΚΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΟΤΗΤΕΣ

ΓΙΑ ΤΟ ΙΣΧΥΡΟ ΦΥΛΟ	75
Η Κρυφή Κατάθλιψη στους Άντρες	75
Ο Αντρικός Εγωισμός	76
Το “Χειροκρότημα” των Άλλων	77
Η Αντιμετώπιση	77
Ένα Τεστ που Προλαμβάνει	78

ΑΝΤΡΕΣ, ΕΡΩΤΑΣ, ΣΕΞ	81
---------------------------	----

Ο Δαρβίνος, τα Γονίδια, η Πανσεξουαλικότητα	81
Δαρβίνος: ο Ευφυής Έρωτας	81
Τι Ελκύει Άντρες και Γυναίκες	82
«Οι Άντρες Είναι Γουρούνια»	83
«Δεν Μεγαλώνω Ξένα Παιδιά»	84
Μια Χαμένη Επανάσταση;	85
Άντρες: Εδώ και Τώρα Σεξ	85
Οι Γυναίκες Προτιμούν τους Εξυπνότερους	86
Όταν Λείπουν οι Άντρες	87
Επιμύθιο	88

ΓΙΑ ΤΙΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ ΟΙ ΑΝΤΡΕΣ ΕΙΝΑΙ

ΟΙ ΚΑΛΥΤΕΡΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ	89
Για Ποιά Συνεργασία μιλάμε	89
Για Όλα Ευθύνεται η Εξέλιξη	90
Οι Γυναίκες δεν Θέλουν τις Γυναίκες	90
Όταν Λείπουν οι Γυναίκες	91

ΠΟΣΟ ΒΙΑΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΑΝΤΡΕΣ	93
Η Βία ταιριάζει στον Άντρα; Βία και Ηθική	93
Βία και Ασθένειες	94
Η Βία ταιριάζει στον Αρσενικό;	94
Η Δυσκολία του Ορισμού της Βίας	95

Η ΒΙΑ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΓΥΝΑΙΚΑ	97
Πέντε (5) Μύθοι που το Επιβεβαιώνουν	97
Η Πρώτη Εκτίμηση	97
Μύθος Πρώτος: Οι Γυναίκες Αισθάνονται Λιγότερη Βία	98
Μύθος Δεύτερος: Οι Γυναίκες Καταπιέζουν την Οργή τους, οι Άντρες Όχι	98
Μύθος Τρίτος: Οι Οργισμένοι Άντρες Χτυπούν τις Γυναίκες,	

Ποτέ το Αντίθετο	99
Μύθος Τέταρτος: Για Όλα Φταίνε οι Ορμόνες και τα Γονίδια	100
Μύθος Πέμπτος: Πόλεμος και Αντιτρομοκρατία Είναι Αντρική Υπόθεση	101
Συμπέρασμα-Επιμύθιο	102
Είναι Στοχοποιημένος ο Άντρας ως Παιδόφιλος;	102
ΤΑ ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ ΤΑΙΡΙΑΖΟΥΝ ΣΤΟΝ ΑΝΤΡΑ;	105
Doing Gender With Drugs – Δημιουργώ Προσωπικότητα (Αντρική) Μέσω Ναρκωτικών	105
Αλκοόλ σε Κατάχρηση	106
Υγεία και Αντρισμός	107
Η ΔΙΑΣΤΡΟΦΗ ΤΑΙΡΙΑΖΕΙ ΣΤΟΝ ΑΝΤΡΑ;	109
Όταν το Μίσος Κυριαρχεί στην Αγάπη	109
Τα Ευρήματα	109
ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΟΣ Ή ΕΤΕΡΟΦΥΛΟΦΙΛΟΣ;	113
Θηλυπρέπεια και Ομοφυλοφιλία	113
Ομοφυλόφιλοι, η Αριστοκρατία του Σεξ	114
ΠΑΙΔΕΡΑΣΤΙΑ – ΟΜΟΦΥΛΟΦΙΛΙΑ	117
Γιατί Γίνεται Κανείς Παιδεραστής	117
Υπήρχε στην Αρχαιότητα Νόμιμη Παιδεραστία;	118
Ο ΒΙΑΣΜΟΣ	123
ΑΝΤΡΕΣ: Ή ΤΟΥ ΥΨΟΥΣ Ή ΤΟΥ ΒΑΘΟΥΣ	127
Οι Άντρες Θύματα Βιολογίας	127
Η Φύση Παίζει Ζάρια με τους Άντρες	128

Οι Άντρες «Αγαπούν» το Ρίσκο	129
Η Σοφία των Γυναϊκών	129
Ο «ΘΗΛΥΚΟΣ» ΑΝΤΡΑΣ	131
Το Ιδανικό Κάθε Γυναίκας	131
Η Σκληρή Πραγματικότητα: η Άλλη Γυναίκα	133
ΠΕΡΙΠΤΩΣΕΙΣ ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΛΙΝΙΚΗ ΠΡΑΞΗ	135
Νίκος, Bulling, Υπέρβαρος, Παράνοια	135
Πάυλος: Καθυστέρηση και Προκατάληψη	137
Μενέλαος: Ναρκωτικά, ο Πατέρας Προαγωγός	139
Πάνος: Σεξ Χωρίς Όρια (Αντρισμός;)	141
Γιάννης: ο Παχουλός Μαθηματικός και ο... Υπολογιστής του	142
Ηλίας: Θυσία για τα Παιδιά	144
ΕΠΙΛΟΓΟΣ	149
Εικόνα Πρώτη	149
Εικόνα Δεύτερη	150
Εικόνα Τρίτη	150
Βιβλία του συγγραφέα	153

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

ΤΟ ΠΑΡΑΠΟΝΟ ΤΩΝ ΑΝΤΡΩΝ

«Έχουμε κι εμείς ψυχή», «Είμαστε κι εμείς εδώ», «Μας έχετε παρεξηγήσει», φωνάζουν εδώ και 20 χρόνια οι άντρες και οι οργανώσεις τους, ζητώντας από τον κόσμο των ειδικών και από την κοινωνία τον επαναπροσδιορισμό της αντρικής ψυχολογίας. Η κραυγή τους σηματοδοτεί τον φόβο, την αγωνία τους, το παράπονό τους για την παραγκώνιση και παραγνώριση του ρόλου τους ως πατέρα, εργαζόμενου σκληρά, συντρόφου, πολίτη κ.λπ.

Ο ΦΑΥΛΟΣ ΚΥΚΛΟΣ

Ο αυστριακός οικογενειακός θεραπευτής Eduard Waidhofer στο πρόσφατο βιβλίο του (2016) *Προς μια νέα αντρική προσωπικότητα, προς ένα νέο αντρισμό*, γράφει σχετικά: *«Οι άντρες δυσκολεύουν τη ζωή τους, με το να κλείνονται στον εαυτό τους, με το να μην δείχνουν τον πόνο, τις αγωνίες, τις ευαι-*

σθισίες τους. Κάποιοι άντρες αισθάνονται κατώτεροι των γυναικών, οι οποίες συνεχώς εξελίσσονται, ισχυροποιούν τους χαρακτήρες τους. Αυτοί οι άντρες βουβαίνονται, σιωπούν ή προσπαθούν μάταια να ασκήσουν εξουσία και δύναμη, να υποτιμούν και να απαξιώνουν τις συντρόφους τους, με αποτέλεσμα να καταστρέφονται οι σχέσεις τους. Πολλοί άντρες επίσης υποτάσσονται στις επιθυμίες των γυναικών, η οποία, όμως, υποταγή απογοητεύει αυτές τις γυναίκες». Πρόκειται δηλαδή για κανονικό φαύλο κύκλο και πλήρες αδιέξοδο για τους αρσενικούς, οι οποίοι, ή πολλοί από αυτούς, καταφεύγουν στο αλκοόλ, στις εξαρτήσεις γενικότερα, στην υπεραπασχόληση στον χώρο εργασίας, στη βίαιη συμπεριφορά, στην ψυχική αποδιοργάνωση.

Η ΕΠΙΘΕΣΗ ΤΟΥ ΦΕΜΙΝΙΣΜΟΥ

Ταυτόχρονα οι άντρες δέχτηκαν συντονισμένα πυρά και επιθέσεις από το φεμινιστικό κίνημα το οποίο ασχολήθηκε συστηματικά με την αποδόμηση της εικόνας του παραδοσιακού άντρα του προηγούμενου αιώνα, τον οποίο χαρακτηρίζουν ως φαλλοκράτη, πατριάρχη, βίαιο, αυταρχικό, αναίσθητο. Ως αντίδραση σε αυτήν την ξεπερασμένη πλέον φεμινιστική θέση, οι νέοι άντρες για πρώτη φορά στην ιστορία άρχισαν να οργανώνουν αντρικές αντεπιθέσεις. Το 1970 ίδρυσαν στο

Μπέρκλεϋ της Καλιφόρνιας το πρώτο «Κέντρο Αντρών». Το 1980 ιδρύθηκε στη Γερμανία το πρώτο «Γραφείο Αντρών». Το 1998 οργανώθηκε στη Βιέννη το πρώτο συνέδριο με θέμα «Η χαρά να είσαι άντρας». Έκτοτε το «Κίνημα των αντρών» έχει εξαπλωθεί παντού τουλάχιστον στο δυτικό κόσμο αποσκοπώντας στον καθορισμό της νέας εικόνας του αρσενικού, η οποία ελάχιστη σχέση έχει πλέον με την πεπαλαιωμένη εικόνα προηγούμενων εποχών.

Η ΝΕΑ ΕΙΚΟΝΑ

Σύμφωνα με αυτή τη νέα εικόνα, ένας ισορροπημένος σύγχρονος άντρας μπορεί και πρέπει να νιώθει αδύναμος, μπορεί να εκφράζει τα συναισθήματά του, να του επιτρέπεται το άγχος, ο φόβος για το μέλλον, να μην χρειάζεται διαρκώς να δείχνει ανίκητος, υπεράνθρωπος, ακούραστος.

Η γνωστή συγγραφέας Σώτη Τριανταφύλλου που δεν μας δίνει τα λόγια της γράφει σχετικά: *«Γιατί οι γυναίκες δεν μπόρεσαν ή δεν θέλησαν να αναθρέψουν καλύτερους άντρες από εκείνους που παντρεύτηκαν;»*. Το ερώτημα ζητάει μια απάντηση επειγόντως. Η ίδια στο ίδιο πρόσφατο βιβλίο της (*Αστραφτερά πεδία*, 2016) συμπληρώνει σχετικά: *«Δεν μπορώ να φανταστώ κάτι χειρότερο από έναν κόσμο, τον οποίο διευθύνουν οι άντρες, εκτός από έναν κόσμο που διευθύνουν γυ-*

ναΐκες». Η Βρετανίδα ψυχαναλύτρια Estella Welldon ερευνώντας την γυναικεία κακοποίηση στο βιβλίο της *Μητέρα, αγία, πόρνη*, γράφει: «Πού νομίζετε ότι κατευθύνεται όλο αυτό το αίσθημα δυσθυμίας και δυστυχίας; Μα στα παιδιά τους, και τελικά στην ίδια την κοινωνία».

Η ΦΑΝΤΑΣΤΙΚΗ ΕΙΚΟΝΑ (ΨΕΥΔΑΙΣΘΗΣΗ)

Και όλα αυτά από γυναίκες, οι οποίες στο σύνολό τους, κατά τις έρευνες έχουν άλλο πρότυπο στο μυαλό τους για το ισχυρό αρσενικό: Ο «σωστός» άντρας οφείλει να πληρεί δεκάδες χαρακτηριστικά, πολλά από τα οποία είναι αντιφατικά μεταξύ τους. Π.χ. ομορφιά, εξυπνάδα, ευφυΐα, αυτοπεποίθηση, υψηλή μόρφωση, φιλοδοξίες, πλούτο, κοινωνική καταξίωση, να δείχνει λίγο σταρ, χωρίς όμως να θαμπώνει την λάμψη της συντρόφου του, πιστός, αδιάφορος στα αδηφάγα βλέμματα των άλλων γυναικών, διαλλακτικός συγκαταβατικός στις πιο τρελές απαιτήσεις της γυναίκας του, ειλικρινής, νοικοκύρης και άψογος πατέρας, επιτυχημένος, διάσημος με ό,τι ασχολείται, τρυφερός στην σύντροφο, αλλά ταυτόχρονα σκληρός και άτεγκτος στους ανταγωνιστές του. Εννοείται ότι αυτός ο υπέροχος τύπος άντρα βρίσκεται μόνο στις φαντασιώσεις και στις ψευδαισθήσεις του γυναικείου μυαλού. Πώς, όμως, να πειστούν οι γυναίκες ότι αυτή η φανταστική εικόνα για έναν

άντρα είναι μια ουτοπία; Τα πράγματα στις σχέσεις θηλυκού αρσενικού γίνονται ακόμη πιο περίπλοκα, αν συνυπολογίσουμε μια ακόμη πραγματικότητα: Οι άντρες και οι γυναίκες δεν χρησιμοποιούν τον ίδιο κώδικα επικοινωνίας γι' αυτό δεν «ακούν» οι άντρες όταν μιλούν οι γυναίκες και τούμπαλιν.

Συνεχίζεται...

Ζούμε στην εποχή που ο ρόλος του άντρα είναι ανάγκη να επαναπροσδιοριστεί, σε μια ταχύτατα μεταβαλλόμενη κοινωνία που οι ρόλοι ανατρέπονται και παλιές ισορροπίες χάνονται.

Το βιβλίο αυτό έρχεται ως καίρια και επιστημονική απάντηση στις ακραίες και ενίοτε άδικες φεμινιστικές θέσεις, για να βάλει τα πράγματα στην ορθή τους διάσταση. Αναλύονται διεξοδικά οι γονιδιακές διαφορές των φύλων, οι κοινωνικοί παράγοντες που διαμορφώνουν τον άντρα και τη γυναίκα, οι ομοιότητες και οι διαφορές των φύλων στον έρωτα, στο σεξ, στον γάμο, στο επάγγελμα, στις φιλίες. Ο ρόλος του άντρα πατέρα, παιδαγωγού και συζύγου εξετάζεται εμπειριστωμένα, ενώ δίνεται μια ψύχραιμη, αντικειμενική και επιστημονική τεκμηρίωση απέναντι στους ευρέως διαδεδομένους μύθους και στις προκαταλήψεις-στερεότυπα που θέλουν το αρσενικό να ρέπει προς τη βία, τον βιασμό, τα ναρκωτικά, τη διαστροφή, την ομοφυλοφιλία, την παιδεραστία.

*Ένα βιβλίο χρήσιμο για όλους,
σε μια ιδιαίτερα προβληματική και απαιτητική εποχή,
από έναν ειδικό του είδους.*

EN 436

ΕΝΑΛΙΟΣ

Σόλωνος 136, 106 77 Αθήνα

Τηλ.: 210 3829339-210 3803925

www.enalios.gr

ISBN 978-960-536-571-4



9 789605 365714