

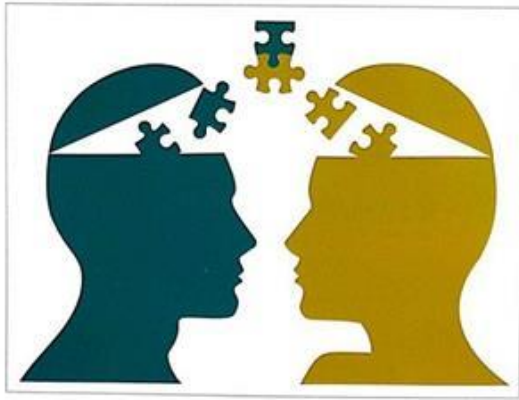


چاپ ششم

بامن این گونه سخن بگوید

زبان نظریه انتخاب

ویلیام گلسر / کارلین گلسر
ترجمه دکتر علی صاحبی



عنوان: زبان نظریه انتخاب (بامن اینگونه سخن بگوید)

نویسنده: ویلیام گلسر، کارلین گلسر

مترجم: علی صاحبی

سال انتشار: ۱۳۹۶ (چاپ ششم)

ناشر: رشد فرهنگ، سایه سخن

محل نشر: تهران

تعداد صفحات: ۷۷ صفحه

عناوین فهرست:

فصل اول: گفت و گوی والدین با فرزندان

فصل دوم: گفت و گوی زن و شوهر

فصل سوم: گفتگوی معلم با شاگرد

فصل چهارم: گفتگوی مدیر با کارمندان

فصل پنجم: مختصر و مفید

کتاب زبان نظریه انتخاب را ویلیام گلسر و کارلین گلسر با هم نوشته‌اند و این کتاب را علی صاحبی با زبان ساده و قابل فهم ترجمه کرده است. ویلیام گلسر روانپزشک پیشگام و نامدار معاصر ماست که با ارائه‌ی تئوری نوین انتخاب در عرصه‌ی علوم رفتاری به چرایی و چگونگی انجام رفتار افراد پاسخ داده است.

اساس تئوری انتخاب دکتر ویلیام گلسر بر این اصل استوار است که تمامی انسان‌ها به سبب وجود پنج نیاز ژنتیک: بقا، عشق و احساس تعلق خاطر، قدرت، آزادی و تفریح، برانگیخته می‌شوند.

دکتر گلسر نخستین بار در عرصه‌ی بهداشت روانی و اختلالات روان‌شناختی «تئوری انتخاب» را ارائه کرد و سپس آن را به قلمروهای مهم مدیریت نیروی انسانی، آموزش و پرورش کیفی، رشد و شکوفایی فردی و روابط مهم زندگی اجتماعی گسترش داد. امروز تئوری انتخاب به عنوان روان‌شناسی آزادی شخصی در خدمت اقشار مختلف جامعه قرار گرفته است. در این کتاب کاربرد زبان تئوری انتخاب در روابط دو عضوی و تعاملات انسانی به ویژه در چهار موقعیت والدین - فرزندان، معلم - محصل، زن - شوهر و مدیر - کارمند به طور عملی و روشن توضیح داده شده است. مطالعه‌ی این کتاب به شما کمک خواهد کرد تا روابط خود با اطرافیان و عزیزانتان را بهبود بخشید.

نویسندگان در کتاب تئوری انتخاب نوع جدیدی از روانشناسی را پیشنهاد کرده‌اند که نقطه‌ی مقابل کنترل بیرونی است. هرچه بیشتر از آن استفاده کنیم روابط ما با یکدیگر بیشتر بهبود پیدا خواهد کرد.

قسمتی از فصل اول کتاب: گفت‌وگوی والدین با فرزندان

زبان کنترل بیرونی: اگر بخواهی ترک تحصیل کنی، اول باید از روی جنازه‌ی من رد شی.

زبان تئوری انتخاب: با مدرسه‌ات صحبت کن ببین چی می‌گن، ولی من فکر می‌کنم برای این‌که بتونی مدرسه را ول کنی باید شغل تمام وقت داشته باشی. تعجب میکنی چرا دعوا نمی‌کنم؟ من حتی اگر تو تصمیم بگیری دوباره به مدرسه برگردی باز هم سر این موضوع باهات جر و بحث نمی‌کنم.

قسمتی از فصل دوم کتاب: گفت و گوی زن و شوهر

زبان کنترل بیرونی: در مراسمی مثل امشب، همیشه بلوز ورزشی بپوشی. مثل خلها به نظر میرسی. من خجالت میکشم. باید پیراهن و کراوات بپوشی.

زبان تئوری انتخاب: عزیزم می‌دونم از پوشیدن لباس رسمی خیلی خوشت نمیاد اما این مراسم خیلی رسمیه. نظرت درباره‌ی کراوات جدیدی که خریدی و پیراهن آبی چیه؟ با آنها خیلی خوشتیپ و با وقار میشی.

قسمتی از فصل سوم کتاب: گفتگوی معلم با شاگرد

زبان کنترل بیرونی: بهت گفته باشم. کاری نکن از الان تا پایان سال بگذارمت گوشه کلاس تا روی یک صندلی تنها بشینی. این قدر مزاحم دیگران نشو.

زبان تئوری انتخاب: من از تنبیه کردن تو خسته شدم. من می‌خوام دوست تو باشم. فکر می‌کنی تو چند تا دوست نیاز داری؟ امروز بعدازظهر وقت دارم در این باره با هم کمی حرف بزنیم. دوست دارم تو رو بهتر بشناسم و بیشتر درباره‌ات بدونم.

قسمتی از فصل چهارم کتاب: گفتگوی مدیر با کارمندان

زبان کنترل بیرونی: می‌دونم از شما بیست سال جوان‌ترم و این رو هم می‌دونم که فقط سه ساله که این‌جا کار می‌کنم. تو سی ساله که این‌جایی، اما من رئیس توام و انتظار دارم با من مثل یک مدیر رفتار کنی. می‌خوام مثل دیگران در تمام جلسات حضور داشته باشی و درست سر وقت حاضر بشی.

زبان تئوری انتخاب: شرایط دشواریه! من مدیر توام و از کوچکترین پسر تو هم جوان‌ترم. این روزها کامپیوتر همه چیز رو تغییر داده و تو هم مثل من این‌رو می‌دونی. اما کامپیوترها فقط می‌تونند کارها رو بسیار سریع انجام بدن. اونا یک میلیون چیز می‌دونند اما فاقد هر نوع خرد و تجربه‌اند. تو هر دوی اونا رو با هم داری. اگر بخواهی می‌تونی به من کمک کنی، من همواره گوش خواهم سپرد.

این کتاب ارائه عملی کاربرد زبان تئوری انتخاب در شرایط گوناگون است.