

لحم
ن دا

تئوری انتخاب

درآمدی بر روانشناسی امید

اثر:

دکتر ویلیام گلسر

مترجم: دکتر علی صاحبی

مربی ارشد و عضو هیئت علمی مؤسسه ویلیام گلسر

سرشناسه : گلاسر، ویلیام Glasser, William
عنوان و نام پدیدآور : تئوری انتخاب / اثر ویلیام گلاسر؛ مترجم علی صاحبی

مشخصات نشر : تهران، سایه سخن، ۱۳۹۰.

مشخصات ظاهری : ۶۰۶ ص.

شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۳۱۳-۰۰۰-۱

وضعیت فهرست نویسی : فیا.

یادداشت : عنوان اصلی:

Choice theory: a new psychology of personal freedom

موضوع : روان شناسی

شناسه افزوده : صاحبی، علی، ۱۳۱۳؛ مترجم

رده بندی کنگره : ۱۳۸۹: ۵۶۸/۱۲۱: BF

رده بندی دیویی : ۱۵۰

شماره کتابشناسی ملی : ۲۲۵۷۱۹۰



سایه سخن

تئوری انتخاب

درآمدی بر روانشناسی امید

نویسنده: ویلیام گلاسر

مترجم: دکتر علی صاحبی

ویرایش: سید اسماعیل هاشمی ، طرح جلد: محمد مهدی صنعتی

صفحه آرای: ع.خرمماهی ، ناظر چاپ: ابوذر ملکیان

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه ، نوبت چاپ: اول ۱۳۹۰ ، قیمت: ۱۲۵۰۰ تومان

لیتوگرافی: واصف ، چاپ: مهراب ، صحافی: مینو

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان ۱۲ فروردین، کوی بهشت آیین، پلاک ۱۹، طبقه همکف

تلفن: ۶۶۴۷۵۴۲۰ - ۶۶۴۷۵۴۲۱ - ۹۱۲۶۴۹۱۸۲۸

حق چاپ محفوظ است

فهرست

۷	پیشگفتار مترجم
۱۷	مقدمه

بخش یکم: نظریه

۲۵	فصل یکم - نیاز ما به یک روان‌شناسی جدید
۶۱	فصل دوم - نیازهای بنیادین و احساسات
۹۳	فصل سوم - دنیای مطلوب شما
۱۲۳	فصل چهارم - رفتار کلی
۱۶۹	فصل پنجم - همخوانی در شخصیت و قدرت نیازها
۲۱۳	فصل ششم - تعارض و واقعیت درمانی
۲۴۷	فصل هفتم - خلاقیت

بخش دوم: کاربرد تئوری در عمل

۲۹۳	فصل هشتم - عشق و ازدواج
۳۴۳	فصل نهم - خانواده‌ی شما و اعتماد

فصل دهم - آموزش تحمیلی، آموزش و پرورش و مدارس کیفی ۴۲۳

فصل یازدهم - تئوری انتخاب در محیط کار ۵۱۱

بخش سوم: کاربرست

فصل دوازدهم - اجتماع مطلوب و شایسته ۵۵۳

فصل سیزدهم - تعریفی دوباره از آزادی شخصی شما ۵۹۱

ضمیمه ۱ ۵۹۹

ضمیمه ۲ ۶۰۴

www.ketab.ir

پیشگفتار مترجم

کتاب حاضر در واقع «مانیفست» رویکرد روان‌شناسی مثبت‌گرای «تئوری انتخاب» و واقعیت درمانی در گستره‌ی روان‌پزشکی، روان‌شناسی و علوم رفتاری است. ویلیام گلسر در ۱۹۶۵ نظریه‌ی جدیدی را در خصوص آسیب‌شناسی روانی اختلالات رفتاری و روانی و روش درمان آن را ارائه نمود که نام آن را «واقعیت درمانی» نامید. در آن کتاب ویلیام گلسر، متهورانه در برابر رویکرد مسلط سستی روان - تحلیل‌گری موضع‌گیری کرده و چنین ادعا می‌کند که «زیر ساخت‌های اصلی اختلالات روان‌شناختی و نشانه‌های مرضی بیماران نه تجربه‌های گذشته سرکوب‌ها و خاطرات واپس رانده شده به حوزه‌ی ناخودآگاه فرد، که «مسئولیت‌گریزی» و نادیده‌انگاری واقعیت است». گلسر راه درمان بیماران و کاهش رنج‌های روانی اعم از کلیه‌ی اختلالات روان‌آزردگی (نوروزها) و اختلالات روان‌پریشی (سایکوز) را ترکیب متعادل شفقت و مهربانی و آموزش انضباط برای دعوت کردن فرد روان رنجور به مسئولیت‌پذیری بیشتر برای ارضای نیازهای خود و رویارویی با واقعیت‌های زندگی (به جای فرار از آن‌ها یا انکار واقعیت با دلیل‌تراشی و توجیه و قربانی و ناتوان پنداشتن خود) می‌داند.

پس از انتشار کتاب واقعیت درمانی و استقبال خوب متخصصین گلسر برای نهادهای مختلف آموزش‌های خود و حفظ استاندارد آن و کسب اطمینان از صحت و اعتبار آموزش فنون و مهارت‌های واقعیت درمانی مؤسسه‌ای را تأسیس نمود. او از ۱۹۶۵ به طور مرتب همانند دیگر نظریه‌پردازان، «نظریه‌ی واقعیت درمانی» را در حوزه‌های مختلف مورد آزمون قرار داد که به بسط واقعیت درمانی منتهی شد. او سپس در سال ۱۹۹۴، «تنوری انتخاب» را به عنوان نظریه‌ی پشتیبان رویکرد واقعیت درمانی ارائه کرد. به طور کلی «تنوری انتخاب» توضیح می‌دهد که افراد "چرا" و "چگونه" رفتار می‌کنند. این نظریه، شیوه‌ی کارکرد مغز آدمی برای صدور رفتار را تبیین می‌کند. «تنوری انتخاب» معتقد است هر آنچه از ما سر می‌زند یک رفتار است: غذا خوردن یک رفتار است، دعوا کردن یک رفتار است، دیر سر قرار رفتن یک رفتار است، خشمگین شدن یک رفتار است، غمگین و افسرده شدن یک رفتار است، نگران و مضطرب شدن یک رفتار است، هذیان یک بیمار سایکوز نیز یک رفتار است.

- تمام رفتارهای ما از درون ما برانگیخته می‌شوند و معطوف به هدفی‌اند.

- هدف هر رفتار، ارضای یکی از پنج نیاز اساسی ماست که عبارتند از:
- ۱- عشق و احساس تعلق ۲- پیشرفت و خودشکوفایی ۳- تفریح و لذت ۴- آزادی و خودمختاری ۵- بقا و زنده ماندن

«تنوری انتخاب» معتقد است هنگامی که افراد در ارضای نیازهای خود ناکام می‌شوند، دست به رفتار می‌زنند. یعنی رفتار و عمل خاصی را انتخاب می‌کنند تا شاید بدان وسیله نیازشان را برآورده

کنند. این رفتار، هدفمند است و هدفش ارضای نیاز مورد نظر است. چنانچه فرد، برای ارضای نیازهایش روش‌های مؤثر را پیدا نکند دست به رفتارهای گوناگون می‌زند که در روان‌شناسی رایج به این رفتارهای ناکارآمد و نامؤثر برچسب بیماری می‌زنند: مضطرب، افسرده، خشمگین، منزوی، و...

گلستر معتقد است، ناکامی در برآورده‌سازی نیازهای اساسی، یک تجربه‌ی عمومی و همگانی است، چرا که «واقعیت» همیشه با ما هماهنگ و همخوان نیست اما برخی از افراد هنگامی که در برآورده کردن نیازهایشان ناکام می‌شوند، به جای پذیرفتن مسئولیت و جست‌وجوی راه‌های مؤثر دیگر برای ارضای نیازهای خود و انجام عمل مسئولانه برای تأمین آن‌ها مسئولیت‌گريزانه رفتار می‌کنند. یعنی یا دیگران را مسئول ناکامی خود می‌دانند (همسر، فرزند، والدین، همکاران، رفقا) و یا توقع دارند که واقعیت به نفع آن‌ها کنار برود و چون چنین چیزی فقط تا زمانی که کودک هستیم ممکن است تا اندازه‌ای امکان‌پذیر باشد - یعنی والدین و اطرافیان واقعیت را سانسور یا کم‌رنگ کنند - در بزرگسالی این افراد تلاش می‌کنند تا به شیوه‌ای مسئولیت‌گريزانه، «واقعیت» را انکار کنند. مثلاً فردی که در خارج از شهر خودش دانشجوی دوره‌ی دکترا است و خانواده‌اش او را تأمین می‌کنند، ممکن است تا زمانی که درس می‌خواند و زندگی دانشجویی خوبی دارد، سر حال و شاد و کارآمد باشد. چرا که نیازهای اساسی او به بهترین وجه برآورده می‌شود. حالا اگر پدر خانواده به دلایل خاص اجتماعی - اقتصادی ورشکسته شود و دیگر نتواند او را تأمین کند، حالا نیازهای اساسی‌اش (در مورد او اکنون

نیاز به بقا و زنده ماندن که سمبل آن پول و تأمین مالی است که بتواند غذا، پوشاک و مسکن داشته باشد، به چالش گرفته شده و در ارضای آن‌ها ناکام شده است.

اگر این دانشجو فردی مسئولیت‌پذیر باشد با در نظر گرفتن «واقعیت»

موجود خودش که:

- پدر ورشکسته است و نمی‌تواند او را تأمین کند.
- او برای تأمین خود به پول نیاز دارد.
- باید برای تأمین نیازش کار مؤثری انجام دهد.
- با محدودیت‌های کار کردن و تحصیل در حین کار روبه‌روست و...
- دست به اقدام عملی مؤثر می‌زند و تا حد امکان مشکل را با حداقل ضرر حل می‌کند. اما اگر فردی مسئولیت‌گریز باشد با انکار واقعیت و سرزنش کردن عوامل بیرونی و مقصر قلمداد کردن شرایط و دیگران ممکن است رفتار «افسردگی کردن» را انتخاب کند. یعنی واقعیت موجود که: من مشکل دارم، من مسئول حل مشکل خودم هستم و اگر خوب فکر و برنامه‌ریزی کنم، شاید برای آن راه حل خوبی بیابم، را نادیده می‌گیرد و به سرزنش خود یا دیگران یا شرایط و تسلیم به آن ادامه می‌دهد. «تئوری انتخاب» توضیح می‌دهد که این رفتار «افسردگی کردن» هم نوعی رفتار انتخاب شده است که فرد برای حل مشکل کنونی‌اش آن را انتخاب کرده است ولی رفتاری نامؤثر است، چرا که مشکل را حل نمی‌کند و فرد را در همان‌جا نگه می‌دارد. در صورتی که اگر فرد واقعیت - یعنی شرایط موجود - را بپذیرد و سعی کند با مسئولیت‌پذیری بیشتر به جست‌وجوی راه حل بهتر و مؤثرتری باشد حتماً احساس

خوبی پیدا خواهد کرد و شرایط زندگی خود را بهبود خواهد بخشید. این مثال را می‌توان به تمام گستره‌ی رفتار آدمی؛ اعم از رفتار دانش‌آموزان در مدرسه و انجام تکالیف در منزل تعمیم داد. نارضایت‌مندی زناشویی، بدکاری یا کم کاری کارکنان و... تمام این‌ها رفتارند و رفتارها انتخاب شده‌اند چون فرد فکر می‌کند این رفتار بهترین کاری است که می‌تواند انجام دهد تا نیازهایش را - به زعم خودش - برآورده کند.

«تئوری انتخاب» یک تئوری مبتنی بر روان‌شناسی کنترل درونی است که معتقد است گذشته‌ها بی‌زندگی کنونی ما اثر شگرفی داشته است ولی تعیین‌کننده‌ی رفتار کنونی ما نیست. میزان مسئولیت‌پذیری و به رسمیت شناختن و احترام به واقعیت موجود و شیوه‌ای که برای ارضای نیازهایمان - با توجه به دو عامل پیشین - انتخاب می‌کنیم است که رفتار کنونی ما را تعیین می‌کند.

کتاب حاضر دستنامه‌ی کامل این تئوری است. آموزش و یادگیری این نظریه به آزادی و اختیار شخصی ما در تمام جنبه‌های زندگی منتهی می‌شود و نور امید را در دل ما زنده نگه می‌دارد که:

- ما برآیند نیروها و عوامل بیرونی نیستیم.
- ما قربانی گذشته‌ی خود نیستیم.
- ما بازیچه‌ی لایه‌های زیرین مغز و هورمون‌ها نیستیم.
- ما رفتار خود را انتخاب می‌کنیم و تاکنون نیز چنین کرده‌ایم.
- و عوامل بیرونی آن‌چنان که روان‌شناسی کنترل بیرونی، محرک - پاسخ، معتقد است نقش مهمی در سرنوشت و رفتارهای ما ندارند.

این تنوری در طی پنجاه سال گذشته در قلمروهای مختلف مورد استفاده و آزمون قرار گرفته و نتایج پرباری در پی داشته است. کاربردهای عملی این نظریه را می‌توان به غیر از قلمروی سلامت روانی به طور کلی در چهار قلمرو طبقه‌بندی کرد:

- مدرسه و روابط معلم و محصل

- خانواده و روابط والدین - فرزندان

- ازدواج و روابط همسران

- محیط کار و روابط کارفرما - کارکنان

خواندن و عمل کردن به این تنوری می‌تواند روابط رضایت‌بخش و خشنود کننده‌ای برای همگان به ارمغان آورد و متعاقباً میزان خشنودی و احساس رضایتمندی از زندگی را بالا ببرد. خواندن این کتاب، چشم‌انداز نوینی ارائه می‌دهد که سودمندی‌های آن در تمام جامعه منتشر خواهد شد.

از آنجایی که دوره‌های آموزش رسمی «تنوری انتخاب و واقعیت درمانی» در ایران به طور مرتب برگزار می‌شود، وجود یک کتاب مرجع برای آشنایی با مفاهیم بنیادین این تنوری ضروری بود. ترجمه‌ی این کتاب در همین راستا و برای آشناسازی عموم به ویژه معلمان، والدین مدیران و همسران انجام گرفته است.

لازم به توضیح است که قبلاً دو ترجمه‌ی دیگر از این کتاب به بازار ارائه شده است. ضمن قدردانی از تلاش مترجمین آن کتاب‌ها برای معرفی «تنوری انتخاب»، سر بسته بگویم که اگرچه تلاش آن‌ها بسیار زیبا و ارزشمند است ولی ترجمه‌ها از دقت و صحت لازم و

کافی برخوردار نیستند. وقتی قرار شد دوره‌های رسمی آموزش این رویکرد برای روان‌شناسان، مشاوران و روان‌پزشکان در ایران آغاز شود، گلسر به شدت تأکید داشت که اول این کتاب ترجمه و در دسترس قرار گیرد. چون متوجه شدم که قبلاً دو ترجمه از آن صورت گرفته است، بسیار خشنود بودم که می‌توانم انرژی و زمان کمیاب را صرف کارهای مهم‌تر کنم اما تجربه‌ی ترجمه‌های اسپانیولی این کتاب در امریکای لاتین، گلسر را واداشت تا با وسواس از من بخواهد که ترجمه‌های موجود را با متن اصلی تطبیق دهم و چنانچه در مقیاس صفو تا ده ترجمه‌ها، نمره‌ی هفت به بالا گرفتند، همان ترجمه را به عنوان کتاب رسمی بپذیریم و در دوره‌های آموزشی استفاده کنیم.

من فصل اول، هفتم و یازدهم ترجمه‌ها را با متن اصلی، جمله به جمله واری کرده‌ام. بالاترین نمره‌ای که می‌توانستند بگیرند چهار بود. بنابراین تصمیم بر این شد که من دوباره کتاب را ترجمه کنم. پیچیدگی‌های زبان به طور کلی، ناآشنایی با اصطلاحات و عبارات عامیانه، عدم شناخت از ادبیات و فرهنگ غرب - که گلسر به وفور به داستان‌ها، رمان‌ها، فیلم‌ها و نمایش‌ها اشاره می‌کند و کسی که در آنجا زندگی نکرده، معنای ضمنی آن‌ها را خوب درک نخواهد کرد - و از همه مهم‌تر ناآشنایی با «تئوری انتخاب» و مبانی آن، باعث چنین رخدادی شده است. بنابراین توصیه می‌کنم که حتی اگر ترجمه‌های قبلی این کتاب را خوانده‌اید، این ترجمه را نیز بخوانید. آن‌گاه مفاهیم «تئوری انتخاب» را بهتر درک خواهید کرد.

در اینجا لازم می‌بینم از عزیزانی که در این پروژه‌ی مهم یاری‌ام کرده‌اند سپاسگزاری کنم:

جناب آقای سید اسماعیل هاشمی، ویراستار محترم کتاب که زحمت ویرایش را به دوش کشیده و متنی سلیس و روان فراهم کرده‌اند.

عزیزانم آقایان حسن ملکیان و ابوذر ملکیان در انتشارات سایه سخن که بی‌شائبه در کنارم بودند و دستگیرم شدند.

سیاوش و کیانوش، پسرانم که با شوق و شور تمام «تنوری انتخاب» را با من زندگی می‌کنند و خودشان به تنهایی کارگاه بزرگی برای کاربست و به چالش کشیدن «تنوری انتخاب» و دانش و مهارت عملی من در این قلمروانند.

همکاران خوبم در مؤسسه‌ی روان‌شناسی پارس در سیدنی، جناب آقای حمید الوندی، سرکارخانم طاهره ساتکین و سمانه بخشی که با حمایت‌های بی‌دریغ خود فرصت ترجمه‌ی این کتاب را برایم فراهم کردند.

علی صاحبی

تقدیم به همسرم کارلین

این کتاب به یک اندازه به هر دوی ما تعلق دارد. من آن را نوشتم اما او به هر صفحه و دقیق‌تر بگویم، به هر کلمه‌ی آن افزوده است. بسیار دوستش دارم و ای کاش می‌توانستم برای توصیف ازدواج‌مان واژگان مناسبی بیابم. در کتاب «دور از مردم شوریده»^۱ تامس هاردی عبارتی دارد که من آن را برای توصیف رابطه‌ی خودم و کارلین در اینجا نقل می‌کنم:

«متأسفانه در دوستی و رفاقت‌هایی که به واسطه‌ی شباهت ذوق‌ها به وجود می‌آید، خیلی کم اتفاق می‌افتد که به عشق بین دو جنس بیفزاید، چرا که در این فرآیند زن و مرد نه در رنج و تلاش‌های خود، بلکه فقط و فقط در خوشی‌ها با یکدیگر سهیم می‌شوند. ولی اگر بخت یاری کند، این احساس مشترک به یگانه‌عشقی به قوت مرگ تبدیل می‌شود؛ عشقی که آب‌های عالم هم نمی‌تواند آن را خاموش کند و سیلاب‌های فراوان نیز نمی‌تواند آن را درخود فرو برد، در حالی که مصائب و مشکلات هم چون بخار آب فرکر و گذراينده.»

مؤلف

دکتر ویلیام گلسر

مقدمه

موضوع این کتاب، اهمیت روابط خوب در زندگی شاد و رضایت بخش است. من در این کتاب تأکید می‌کنم که اگر بیمار نیستیم، اگر از فقر شدید رنج نمی‌بریم، تحت تأثیر عوارض ناشی از کهنسالی قرار نگرفتیم و وجود سایر مشکلات انسانی مانند خشونت، بزهکاری، بدرفتاری با کودکان، بدرفتاری با همسر، اعتیاد به مواد مخدر و مشروبات الکلی شیوع روابط جنسی زود هنگام و خالی از عشق و مشکلات هیجانی همگی ناشی از روابط ناخشنود است. این کتاب توضیحی است درباره‌ی علت وقوع این ناخشنودی و راهنمایی در انجام اقداماتی که به ما کمک می‌کند تا بهتر با هم به تفاهم رسیده و با یکدیگر کنار بیاییم.

من بر چهار رابطه‌ی مهم - که همگی آن‌ها نیازمند بهبودی‌اند - تأکید می‌کنم؛ این چهار رابطه عبارتند از: رابطه‌ی زن و شوهر رابطه‌ی والدین و فرزند، رابطه‌ی معلم و شاگرد و رابطه‌ی کارفرما و کارمند. به اعتقاد من اگر این روابط را بهبود بخشیم، در کاهش هیچ‌یک از مشکلاتی که در بالا اشاره کردیم، توفیق چندانی نخواهیم یافت.

ابتدا چنین ادعای گسترده‌ای را کمی گستاخانه می‌دیدم اما قبل از این که این کتاب منتشر شود، به پژوهش‌های جدیدی برخوردم که قویاً نظریه‌ی مرا تأیید می‌کرد که به ویژه نوجوانان برای اجتناب از رفتارهای خود تخریب‌گر، به روابط والد - فرزندی و معلم - شاگردی خوبی نیاز دارند.

در «نشریه‌ی انجمن پزشکی امریکا» در تاریخ سپتامبر ۱۹۹۷ مقاله‌ای با عنوان: «محافظت از نوجوانان در برابر آسیب»^۱ چاپ شده است که اولین یافته‌های یک مطالعه‌ی طولی در سطح کشور درباره‌ی سلامت نوجوان را توصیف می‌کند. مهم‌ترین یافته‌ی گزارش این بود که پیوند با خانواده و مدرسه، نوجوانان را در برابر تمام رفتارهای مخاطره‌آمیز حفظ می‌کند (که البته سابقه‌ی بارداری از این قاعده مستثنا شده بود).

البته این پژوهش تاکنون درباره‌ی چگونگی بهبود بخشیدن به این روابط سخنی نگفته است اما به روشنی نشان می‌دهد که باید در این مسیر گام برداریم (که موضوع اصلی این کتاب است). پیشنهاد من این است که پژوهشگران بر این موضوع تمرکز کنند که چگونه همسران می‌توانند از زندگی مشترک خود رضایمندی بیشتری به دست آورند؛ موضوعی که به تصور من عاملی اساسی در ایجاد پیوند بین والدین و فرزندان است.

سال‌ها پیش در شیکاگو، کشیشی را به نام جان می‌شناختم؛ وی

1- journal of the American medical Association (JAMA): Protecting Adolescents from Harm.

نکته‌ای را گوشزد کرد که هیچ‌گاه فراموش نمی‌کنم. او می‌گفت: «بهترین کاری که والدین می‌توانند برای فرزندشان انجام دهند این است که به یکدیگر عشق بورزند».

هنگام مطالعه‌ی این کتاب متوجه خواهید شد که من از واژه‌ی «پیوند» استفاده نمی‌کنم، بلکه از اصطلاح «روابط رضایت‌بخش» استفاده کرده‌ام ولی تفاوتی بین این دو واژه نمی‌بینم. شما را تشویق می‌کنم که مقاله‌ی انجمن پزشکی آمریکا را بخوانید تا به خوبی دریابید که تا چه اندازه از آنچه در این کتاب می‌گویم حمایت می‌کند.

ابراز قدرشناسی

وقتی راه اشتباهی را در پیش گرفته بودم باب سالو^۱ با چاره‌اندیشی‌های زیاد کمک کرد تا در مسیر درست قرار بگیرم. شاید خودم هم سرانجام به این راه می‌رسیدم اما از لطفی که در حقم کرد سپاسگزارم. کتاب او با عنوان «ایجاد کیفیت در مدرسه‌ی شما»^۲ درباره‌ی کاربرد عملی نظریه‌ی انتخاب در مدارس بحث می‌کند.

باب وُبولدینگ^۳ از همکاران ۲۵ ساله‌ی من نیز پیشنهادهای بسیار مفیدی داده است. تخصص او «واقعیت درمانی» است و در این زمینه کتابی هم با عنوان «واقعیت درمانی برای قرن بیست و یکم»^۴ نوشته

۱- Bob Sullo

۲- Inspiring Quality in your school

۳- Bob Wubolding

۴- Reality Therapy for the 21th Century

است. وی در این کتاب به این سوال که: «آیا برای این درمان، مبنای پژوهشی وجود دارد؟» پاسخ می‌دهد.

کی منتلی^۱ - که در فصل دهم به تفصیل درباره‌اش سخن خواهم گفت مدیر اولین دبستان کیفی در «هانتینگتون وودز» است که از در و دیوارش «تنوری انتخاب» می‌بارد. او و همکارانش هر رؤیایی که در خصوص یک مدرسه می‌توان داشت را تحقق بخشیده‌اند. کتاب او با عنوان «کیفیت محور اصلی است: روایت‌هایی از مدرسه‌ی هانتینگتون وودز» را هم اکنون می‌توان از طریق «مؤسسه‌ی ویلیام گلسر» خریداری کرد. لیندا هارشمن^۲ مدیر اداری «مؤسسه‌ی ویلیام گلسر» فرصت نوشتن این کتاب را برایم فراهم آورد. او یک «مدیر راهبر»^۳ است. اگر با هر یک از کارکنان ما در مؤسسه صحبت کنید، به سرعت می‌فهمید چرا او را مدیری راهبر می‌نامم. برای من او فردی بی‌نظیر است.

اگر کتاب را سلیس و روان یافید، باید از ویراستارم سیتیا مرمن^۴ تشکر کنم. وقتی دست نوشته‌ام را برایش فرستادم گفتم: «جادویت را به کار گیر» و او نیز چنین کرد. وقتی در اسلورنی بودم، ویراستار کتابم برایم دورنگاری فرستاد تا بگویند که کتاب عالیست ولی نیاز به عنوان فرعی دارد. برایان لنون^۵ - اهل اسکونیر

1- Kay mentley

2- Linda Harshman

3- Lead manager

4- cynthia marman

5- Brian lennon

نزدیک دوپلین در ایرلند - حمایت لازم را از من به عمل آورد. او در برگشت به مسیر درست، مرا یاری کرد اما همکاران اسلووانیایی و کروات نیز سهم خود را ایفا کردند. وقتی از آن‌ها پرسیدم «نظریه‌ی انتخاب» از نظر شما به چه معنایی است؟ آن‌ها گفتند: «اختیار».

اخيراً در کنفرانسی در آکاپولکو افتخار آشنایی با یک محقق مغز به نام اس پل راسبی^۱ را داشتم. او در کنفرانس مقاله‌ای پیرامون رابطه‌ی نریولوژی اعصاب با خشونت ارائه داد. بعداً وقتی من و همسرم با او صحبت کردیم و به او گفتیم که ما معتقدیم خشونت در مغز جوانانی که به ظاهر سگدل و غیرقابل انعطاف به نظر می‌رسند، به صورت پاک نشدنی حک نشده است اشک در چشمانش حلقه زد. به او گفتیم که با مهربانی و با استفاده از «تئوری انتخاب» می‌توان رد عصبی موجود در مغز آن‌ها را برطرف کرد و تأکید کردیم که ما دوست داریم دیدگاه‌های خود را با او در میان گذاشته و با هم تبادل نظر کنیم.

اگر شما هم دوست دارید به هر دلیلی با این افراد تماس بگیرید، برای دریافت نشانی آن‌ها با مؤسسه‌ی ویلیام گلسر تماس بگیرید. آن‌ها به من بسیار کمک کردند و بی‌شک از کمک به شما هم مضایقه نمی‌کنند.

باید همین جا سخن از این موضوع را متوقف کنم چرا که اگر بخواهم ادامه بدهم مجبورم از صدها انسان دیگری یاد کنم که هم

اکنون «تئوری انتخاب» را آموزش می‌دهند. آن‌ها در انجام رسالت برای کوتاه کردن سلطه‌ی روان‌شناسی کنترل بیرون از کره‌ی زمین به من پیوسته‌اند.

www.ketab.ir