

مکتب
انوار

تئوری انتخاب

در اتاق مشاوره

دکتر ویلیام گلر

دکتر عاطفه سلطانی‌فر

فوق تخصص روان‌پزشکی

کودکان و نوجوانان

مربی و عضو هیئت علمی مؤسسه

دکتر ویلیام گلر

دکتر علی صاحبی

دکترای روان‌شناسی بالینی

فوق‌دکترای اختلالات وسواس

مربی ارشد و عضو هیئت علمی

مؤسسه دکتر ویلیام گلر

سرشناسه: گلسر، ویلیام، ۱۹۲۵ - ۲۰۱۳ م. Glasser, William
عنوان و نام پدیدآور: تئوری انتخاب در اتاق مشاوره/مؤلف: ویلیام گلسر؛ مترجمان: علی صاحبی، عاطفه سلطانی فر.

مشخصات نشر: تهران: سایه سخن، ۱۳۹۷.

مشخصات ظاهری: ۳۶۰ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۱۵۲-۳۹-۳

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Counseling with choice theory: the new reality therapy, 2001.

یادداشت: کتاب حاضر با عنوان واقعیت‌درمانی نوین: مشاوره بر مبنای «نظریه انتخاب» با ترجمه علیرضا کاریخش توسط نشر رسا در سال ۱۳۹۴ به چاپ رسیده است.

عنوان دیگر: واقعیت‌درمانی نوین: مشاوره بر مبنای «نظریه انتخاب».

موضوع: واقعیت درمانی Reality therapy

شناسه افزوده: صاحبی، علی، ۱۳۴۳ - مترجم Sahebi, Ali

شناسه افزوده: سلطانی فر، عاطفه، مترجم

رده‌بندی کنکره: ۱۳۹۶ ۸۵/۲ و ۸۹/۲ RC

رده‌بندی دیویی: ۶۱۶/۸۹۱۴

شماره کتابشناسی ملی: ۵۰۳۶۵۰۶



تئوری انتخاب در اتاق مشاوره

نویسنده: ویلیام گلسر

مترجمان: دکتر علی صاحبی - دکتر عاطفه سلطانی فر

طرح جلد: محمدمهدی صنعتی - طرح بای: ابوذر ملکیان

صفحه‌آرایی: ع. خرمشاهی - ویرایش: امیرحسین سعیدی / الهام اثنی‌عشری

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه - قیمت: ۳۰۰۰۰ تومان

لیتوگرافی: واصف - چاپ متن: عطا - چاپ جلد: صنوبر - صفحه‌آرایی: علی

نشانی: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دوازده فروردین، کوچه بهشت‌آیین، پلاک ۱۱، طبقه همکف

تلفن: ۰۶۶۴۹۶۴۱۰ - ۰۶۶۹۶۲۴۵۶ - ۰۹۱۲۶۴۹۱۸۲۸

Website: www.sayehsokhan.com @sayehsokhan

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب دسترنج چندساله مؤلف، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورنده غیراخلاقی، غیرقانونی و غیرشرعی است. نتیجه این عمل نادرست بی‌اعتمادی و پیامدهای ناگوار را در زندگی منجر می‌شود و محیطی ناسالم برای خود و فرزندانمان به وجود می‌آورد.

فهرست

۱۱	مقدمه مترجمان
۱۳	تشکر و قدرشناسی
۱۵	پیش‌گفتار
۱۹	مقدمه
۲۵	فصل ۱: جری
۵۷	فصل ۲: تئوری انتخاب، واقعیت‌درمانی را در عرضه عملی حمایت می‌کند
۶۵	فصل ۳: لوسی
۸۱	فصل ۴: بی و جیم
۱۰۷	فصل ۵: جف
۱۱۹	فصل ۶: چلسی
۱۳۹	فصل ۷: جرج
۱۶۵	فصل ۸: جری (ادامه)
۱۸۱	فصل ۹: مورین
۱۹۱	فصل ۱۰: ربه‌کا



تئوری انتخاب در اتاق مشاوره

۲۱۹	فصل ۱۱: ترزا
۲۳۵	فصل ۱۲: جرج و الین
۲۵۱	فصل ۱۳: جودیت
۲۶۵	فصل ۱۴: راجر
۲۸۹	فصل ۱۵: باب و سو
۳۰۵	فصل ۱۶: راجر و تیا
۳۲۷	فصل ۱۷: جان و کارول
۳۴۵	فصل ۱۸: نکا و بابی

مقدمه مترجمان

کتاب پیش رو ترجمه کتاب دکتر ویلیام گلسر *counseling with choice theory* است. چاپ نخست این کتاب با عنوان *واقعیت درمانی در عمل* منتشر شد. در این کتاب، گلسر قصد دارد خواننده را با خود به اتاق مشاوره و درمان ببرد و چگونگی مشاوره با مراجعانش را گام به گام نمایش دهد. در هر فصل، ما را با فرد یا افرادی آشنا می‌کند که از اختلال یا مشکل روان‌شناختی رنج می‌برند. ابتدا شرایط مراجعه‌کننده را شرح می‌دهد، سپس چگونگی مداخله درمانی را با به کارگیری آموزه‌های تئوری انتخاب توضیح می‌دهد. ضمن تشریح تکنیک یا مفهومی که برای هر مراجع به کار می‌گیرد، چرایی استفاده از آن روش را بیان می‌کند. خواننده احساس می‌کند چیزی فراتر از نشستن مقابل آینه یکطرفه معمول در کلینیک‌های روان‌شناسی در حال وقوع است. ضمن مشاهده چگونگی تعامل و برخورد درمانگر کارآزموده با مراجعانش در زمان مداخله، خود درمانگر توضیح می‌دهد که از بیان این جمله چه هدفی دارد و چه فرضیه‌ای را دنبال می‌کند، یا با طرح این سؤال خاص بذر کدام ایده را برای آینده در ذهن مراجعه‌کننده می‌کارد.

در این کتاب، تمام مشکلات مراجعه‌کننده براساس تئوری انتخاب ضابطه‌مند شده است و همه مداخله‌ها بر مبنای همین رویکرد صورت می‌پذیرد. از این رو، الگویی برای پیگیری روش مداخله تئوری انتخاب و

تئوری انتخاب در اتاق مشاوره

واقعیت‌درمانی است. گلسر به خوبی نشان می‌دهد که هنگام مشاوره، چگونه به جای دنبال کردن شکایت‌های ظاهری مراجعه‌کننده، به سطوح عمیق‌تر روان‌شناختی وی می‌پردازد و با آموزش تدریجی مفاهیم تئوری انتخاب، او را به سوی انتخاب‌های بهتر رهنمون می‌شود.

شاید ذکر است که گلسر قبل از ابداع تئوری انتخاب، روش خود را «واقعیت‌درمانی» نامیده بود، اما پس از تکمیل تئوری انتخاب، به عنوان نظریهٔ زی‌بن واتی، تدریجی که تبیین‌کنندهٔ «جراحی» و «چگونگی» رفتار افراد است، «مشاوره با تئوری انتخاب» نام‌گذاری می‌کند. گلسر در این کتاب و کتاب‌های جدیدش، «واقعیت‌درمانی» و «مشاوره با تئوری انتخاب» را به جای یکدیگر و به معنای رویکرد و درس گلسر در مشاوره، روان‌درمانی و مداخله‌های روان‌شناختی به کار برده است. همین دلیل این کتاب را می‌توان به همان عنوان اولش *واقعیت‌درمانی در عمل* نیز نهاد.

مؤسسه آموزش تئوری انتخاب و واقعیت‌درمانی ایران در فرایند آموزش دوره‌های رسمی مؤسسه ویلیام گلسر، کاربرت‌های گوناگون تئوری انتخاب را با توجه به نیاز هر گروه، به متخصصان «درمان روان، معلمان، مدیران، همسران و والدین، به صورت نظری و عملی، آموزش می‌دهد. این کتاب در کنار دیگر آثار گلسر تکمیل‌کنندهٔ آموزش‌های رسمی مؤسسه است و امیدواریم شرکت‌کنندگان در کارگاه‌های مؤسسه با مطالعهٔ این کتاب به دانش و مهارت خود بیفزایند.