

رهایی از قله اطاعت

رابرت الورتی - مایکل امونز

ترجمه

هدی زمانی ناصر - مریم نیکخواه دلشاد

سرشناسنامه: آلبرتی، رابرت ای. Alberti, Robert E.

عنوان و نام پدیدآور: رهایی از تله اطاعت / رابرت آلبرتی . مایکل امونز؛ ترجمه: هدی زمانی ناصر . مریم نیکخواه دلشاد.

مشخصات نشر: تهران: انتشارات اسبار، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۳۵۸ ص.، ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۷۸۸۰-۶-۶

وضعیت فهرست: نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی:

Your perfect right : assertiveness and equality in your life and relationships., 10 ed., 2017.

موضوع: قاطعیت (روان شناسی)

موضوع: Assertiveness (Psychology)

موضوع: ارتباط بین اشخاص

موضوع: Interpersonal communication

شناسه افزوده: امونز، مایکل ال.، ۱۹۳۸ - م.

شناسه افزوده: Emmons, Michael L.

شناسه افزوده: زمانی ناصر، هدی، ۱۳۵۷-، مترجم

شناسه افزوده: نیکخواه، مریم، ۱۳۷۴-، مترجم

رده بندی کنگره: BF۵۷۵

رده بندی دیویی: ۱۵۸/۴

شماره کتابشناسی ملی: ۸۴۰۸۷۱۷

اطلاعات رکورد کتابشناسی: فیبا



نشر اسبار

رهایی از تله اطاعت

ناشر: اسبار

چاپ اول: پاییز ۱۴۰۰

تیراژ: ۴۵۰ نسخه

قیمت: ۹۵۰۰۰ تومان

چاپ و صحافی: پردیس دانش

ناظر چاپ: کریم افروزمند

طراح جلد: یلدا محسنی

صفحه آرا: علی اصغر فروغی

فروشگاه و دفتر مرکزی: خیابان سهروردی شمالی، خیابان شهید قندی، کوچه دوم، پلاک ۹

تلفن: ۸۸۵۱۲۶۸۸ - ۸۶۰۴۵۶۲۵

فروش اینترنتی: dr.hamidpour.asbar.pub

مقدمه ناشر

انسان‌ها در طول رشد خود به تدریج یاد می‌گیرند که از یک سری قواعد و قوانین اطاعت کنند. این قانون‌پذیری باعث رشد شخصیتی، عاطفی، انگیزشی و رفتاری آن‌ها می‌شود. بدین طریق افراد متوجه می‌شوند که دیگران نیز در جامعه حق و حقوقی دارند. یاد می‌گیرند دنیا را از چشم انداز دیگران نگاه می‌کنند، قدرت تحمل هیجان‌های ناخوشایند را به دست می‌آورند و در سطح رفتاری نیز خودشان را ملزم به رعایت اصول و قوانین می‌سازند.

حال اگر قواعد و قوانین حاکم بر تربیت کودک در خانواده از طرف والدینی تعیین شود که از حداقل سلامت روان برخوردار نیستند، این فرآیند روال متفاوتی را در پیش می‌گیرد. اگر قوانین حاکم بر فرزند پروری تابع تمامیت خواهی، دیکتاتوری و استبداد والدین باشد، فرزندان در مسیرهای متفاوتی گام برمی‌دارند. برتراند راسل^۱ اعتقاد دارد زمانی که استبداد حاکم باشد و قدرت را یک عده قبضه کنند، افراد دوار به‌شتر در پیش رو ندارند. آن‌ها یا باید به سمت حرکت شدن گام بردارند یا به سمت گوسفندوار زندگی کردن، به عبارتی یا ظالم شوند یا تن به ظلم دهند.

افرادی که به دلیل ترس تن به ظلم می‌دهند، زیر سیرک افراد ظالم سینه می‌زنند و ظلمی را که به آن‌ها روا داشته می‌شود، به دیده‌ی عنایت یا چشم حقارت می‌نگرند و خون دل می‌خورند و ساکت می‌نشینند. چنین افرادی گرفتار تله‌ی اطاعت می‌شوند و تمام فکر و ذکرشان این است که افراد را نرنجانند و باعث تشویش خاطرشان نشوند. در چنین شرایطی، حق و حقوق انسانی کاملاً نادیده گرفته می‌شود و افراد برای حقوق انسانی خودشان هیچ ارزشی قائل نمی‌شوند. دامنه‌ی تربیت بیمارگونه می‌تواند به سمت و سویی حرکت کند که افراد برای خودشان حتی قائل نباشند. حقوقی مثل ابراز عقیده، بیان احساس، مخالفت کردن، پرسش‌گری، آزادی و ... از جمله بدیهیات زندگی یک انسان به شمار می‌رود. البته این بدیهیات برای برخی از خانواده‌ها و جوامع چندان اهمیتی ندارد. برخی از والدین و جوامع با کودکان و مردم به گونه‌ای برخورد می‌کنند که

انگار رابطه ارباب و رعیتی است. کودک و رعیت به چه حقی می‌توانند در برابر والدین و ارباب‌شان اظهار نظر کنند و به بیان عقیده بپردازند؟

چگونه می‌توان انسان‌ها را به سمت برخورداری از ارزش انسانیت سوق داد؟

این کار بسیار سخت و طاقت فرسا است. در مصداق فردی انگار از ابتدا انسان‌ها باید بتوانند به عقل خودشان تکیه کنند و در عین حال که از دیگران کمک می‌گیرند، شهامت آن را داشته باشند که با عقل خودشان فکر کنند. البته فکر کردن با عقل خود خطراتی به دنبال دارد.

لابوئتی^۱ (۱۳۷۸) اعتقاد دارد شاید به همین دلیل باشد که افراد تصمیم می‌گیرند عنان و اختیار زندگی‌شان را به دیگران بپارند که از زیر بار مسئولیت و آزادی انتخاب شانه خالی کنند و اعتقاد دارد:

برخی انسان‌ها با این ذهنیت بزرگ می‌شوند که همواره فرمان بردار بوده‌اند و پدران آن‌ها نیز این‌گونه زیسته‌اند. آن‌ها فکر می‌کنند راهی جز این وجود ندارد و برای متقاعد کردن خویش به مثال و مقایسه روی می‌آورند و به تقلید از دیگران می‌پردازند و سرانجام، با استناد به این حکم که همواره چنین بوده است، برای ظالمان و ستمگران حقوق غاصبانه قایل می‌شوند.

یکی از مسیرهای رهایی از تله اطاعت و بردگی، قدم گذاشتن در مسیر جراتمندی است، مسیری بسیار سخت و دشوار اما با دستاوردی بزرگ به نام رهایی از تله اطاعت بیمارگونه و قدم گذاشتن به ساحت روابط انسانی، روابطی که در آن انسان‌ها به حقوق یکدیگر احترام می‌گذارند، مسئولانه برای زندگی و بهبود روابط تلاش می‌کنند و به دامن توجیه‌گری و دلیل تراشی پناه نمی‌برند و اما ناگفته پیداست که این مسیر چقدر می‌تواند طاقت‌سوز و دردسرساز باشد. زمانی که رفتار درمانگران دهه ۶۰ میلادی در آمریکا شروع به آموزش جراتمندی به زنان کردند، مسائل و مشکلاتی برای برخی از خانواده‌ها پدید آمد به گونه‌ای که گلد فرید و دیویسون^۲ (۱۹۶۳) به این نکته اذعان کردند. آنان اعتقاد داشتند

۱. دولاوئنی اتین . (۱۳۷۸) ، سیاست اطاعت : رساله‌ای درباره بردگی اختیاری . ترجمه علی مهندس .

تهران : نی

2. Goldfried , M.R. & Davison , G.C. (1963). Clinical Behavior Therapy . New York. Wiley