

چرا از انتخاب هایمان ناخوشنودیم؟

نویسنده این کتاب با تسلطی تحسین برانگیز، نشان می دهد که چرا هر چه دامنه انتخاب های انسان گسترده تر، خشنودی و رضایت او کمتر می شود. شوارتز با تشریح لایه هایی از دنیای سرمایه داری و مصرف گرایی کنونی، پی آمدهای مقدر این سبک از زندگی را اضطراب، پشیمانی از آنچه برگزیده ایم و آنچه را که انتخاب نکرده ایم، و در نتیجه ناشادی و افسردگی می داند. در فصولی از کتاب روش های کاستن از نارضایتی در دنیای پر آشوب کنونی را می نماید. کتاب حاضر در زمره ۵۰ اثر کلاسیک روانشناسی در ۱۰۰ سال اخیر در قلمرو سلامت روان و بهزیستی است. مطالعه این کتاب نه تنها برای روانشناسان، روان پزشکان و جامعه شناسان و ... مفید بلکه برای عموم سودمند خواهد بود.