

## فهرست

مقدمه ..... ۹

سیاسکزاریها ..... ۱۱

### بخش اول - نظریه

(۲۱۶-۱۳)

فصل ۱ ما به یک روان‌شناسی جدید نیاز داریم ..... ۱۵

فصل ۲ نیازها و احساسات اساسی ..... ۴۳

زنده ماندن ..... ۵۱

عشق، سکس عاشقانه و تعلق خاطر ..... ۵۴

قدرت ..... ۵۸

آزادی ..... ۶۲

تفریح ..... ۶۳

نیازها و روابط ..... ۶۴

فصل ۳ دنیای کیفی شما ..... ۶۹

کودک در حدود دو سالگی ..... ۸۷

فصل ۴ رفتار کلی ..... ۹۳

مهار عصبانیت ..... ۱۱۵

کمکم کن ..... ۱۱۷

اجتناب ..... ۱۱۸

فصل ۵ جور بودن، شخصیت و قوت نیازها ..... ۱۲۷

دایره حل ..... ۱۳۴

۱۴۸	.....	شخصیت ضداجتماعی
۱۵۰	.....	شخصیت بیکار
۱۵۹	.....	فصل ۶ تعارض و واقعیت‌درمانی
۱۸۵	.....	فصل ۷ خلاقیت
۱۸۹	.....	بیماری روان‌تنی: بُعد تاریک خلاقیت

### بخش دوم - عمل

( ۲۱۷-۲۴۰ )

۲۱۹	.....	فصل ۸ عشق و ازدواج
۲۳۸	.....	ازدواج‌های پرخشونت
۲۴۰	.....	مشاوره ازدواج مبتنی بر واقعیت‌درمانی ساخت‌مند
۲۵۵	.....	فصل ۹ اعتماد و خانواده شما
۲۶۰	.....	نظریه انتخاب، خانواده‌ها و فرزندپروری
۲۷۵	.....	فرزندپروری بر مبنای نظریه انتخاب
		کنار آمدن با کودکانی که با آنها بدرفتاری شده یا بزرگسالانی که در
۲۹۰	.....	کودکی با آنها بدرفتاری شده است.
۳۱۳	.....	فصل ۱۰ آموزش، تعلیم و تربیت و مدارس کیفی
۳۱۶	.....	آموزش
۳۲۴	.....	محاسبه در برابر ریاضی: بدترین حالت آموزش
۳۳۰	.....	حل مسئله غیر ریاضی در برابر حل مسئله ریاضی
۳۳۲	.....	استیسی‌های مدارس مان
۳۴۰	.....	معلولان یادگیری
۳۴۵	.....	مدرسه راهنمایی شواب
۳۵۵	.....	نظم و ترتیب مدرسه
۳۵۷	.....	هانتینگتون وودز
۳۶۲	.....	قابلیت یا قابلیت یادگیری کلی و امتحان گرفتن در مدرسه کیفی
۳۷۱	.....	امتحان قابلیت یا پیشرفت
۳۷۳	.....	ملاک‌های مدرسه کیفی

۳۷۵	.....	فصل ۱۱ نظریه انتخاب در محیط کار
۳۷۶	.....	مدیریت ریاستی
۳۸۳	.....	مدیریت هدایتی
۳۸۶	.....	کارشکنی
۳۹۱	.....	گرامت کارمند
۳۹۸	.....	از بررسی عملکرد سالانه تا بحث‌های دایره حل
۴۰۵	.....	فصل ۱۲ اجتماع کیفی
۴۱۱	.....	پیشینه این خیال
۴۱۷	.....	اجتماع کیفی مثل چیست؟
۴۲۶	.....	شروع - گام‌های اولیه
۴۲۹	.....	گروه‌های کتابخوان‌ها - مرحله تعلیم و تربیت مستمر
۴۳۱	.....	مرحله اجرا
۴۳۵	.....	فصل ۱۳ تعریف مجدد آزادی شخصی‌تان
۴۳۵	.....	ده اصل بدیهی نظریه انتخاب
۴۴۱	.....	ضمیمه مؤسسه ویلیام گلسر