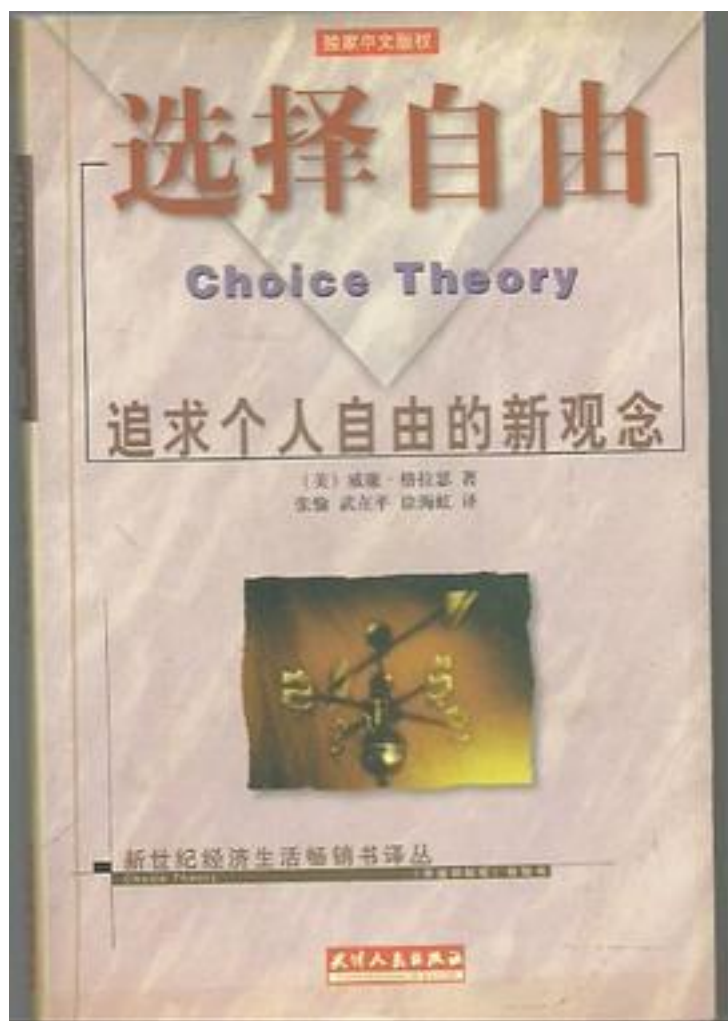


选择自由



[选择自由_下载链接1](#)

著者:威廉·格拉瑟

出版者:天津人民出版社

出版时间:1999-08-01

装帧:

isbn:9787201032771

主要讲述良好的人际关系对成功的生活至关重要。只要没有疾病、贫困和衰老所困扰,

人类面临的重大问题如暴力、犯罪、虐待妇女儿童、酗酒、吸毒、乱交等,都是由于不好的人际关系所至。这本书解释了其原因也提出了与人交往之道.

作者介绍:

威廉·格拉瑟 William Glasser 1925，美国心理治疗学家，现实治疗法的创始人。

目录: 目 录

序言

致谢

第一部分 理 论

1. 我们需要一种新心理学

2. 基本需要和感受

3. 你的优质世界

4. 整体行为

5. 相容性、人格和需求力度

6. 冲突与现实疗法

7. 创造力

第二部分 实 践

8. 爱与婚姻

9. 信任与你的家庭

10. 学校教育和优质学校

11. 职场中的选择理论

第三部分 应 用

12. 优质社区

13. 重新定义你的个人自由

附录：威廉·格拉瑟学院

· · · · · · [\(收起\)](#)

[选择自由_下载链接1](#)

标签

现实疗法

自由

心理

选择

观念

现实治疗

教育

成长

评论

我们选择了现在的生活，以及将要过的生活。你想要改变么？只是，多少是由意志或者认知决定的？ ---现实疗法

不适合中国人看，不过接触下西方自由思想也是不错的

[选择自由_下载链接1](#)

书评

[选择自由_下载链接1](#)