

ماندن در وضعیت آخر

تامس ای. هریس

امی ب. هریس

مترجم: مهتاب ویسی



انتشارات نیک فرجام

سرنشانه: هریس، امی ب؛ هریس، تامس ا.

عنوان و نام پدیدآور: ماندن در وضعیت آخر/ امی ب. هریس، تامس ا. هریس؛ ترجمه مهتاب ویسی

مشخصات نشر: تهران: نیک فرجام، ۱۳۹۸

مشخصات ظاهری: ۲۷۶ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۳۹۵-۳۶۶

وضعیت فهرست نویسی: فیپا

یادداشت: عنوان اصلی: staying ok

یادداشت: کتاب حاضر در سالهای مختلف توسط مترجمان و ناشران متفاوت ترجمه و

منتشر شده است.

موضوع: رفتار متقابل، تحلیل

نسخه افزوده: ویسی، مهتاب، مترجم.

رده بندی کتاب: RC ۴۸۹ ۷۷ ۴۵، ۱۳۹۸

رده بندی دیویی: ۸۹۱۴/۶۱۶

شماره کتاب سی: ۵۲۶۵۸۷



انتشارات نیک فرجام

عنوان	ماندن در وضعیت آخر
نوشته ی	امی ب. هریس - تامس ا. هریس
ترجمه ی	مهتاب ویسی
ویراستار	افسون غلامی
ناشر	نیک فرجام
نویت چاپ	اول ۱۳۹۸
تیراژ	۱۰۰۰ نسخه
حروف نگاری	آبان گرافیک
شابک	۹۷۸-۶۲۲-۶۳۹۵-۳۶۶
قیمت	۶۰۰۰۰ تومان

مرکز پخش: میدان انقلاب، خیابان دانشگاه، کوچه رستمی، پلاک ۶

تلفن: ۶۶۴۹۵۸۸۷ - ۶۶۹۷۲۸۱۷ - ۶۶۹۵۲۳۱۵

فهرست مطالب

- ۱- در صورت خوب بودن حال من و شما چطور می شود که / ۵
- ۲- شما می توانید خوب باشید اگر / ۲۹
- ۳- دیالوگ (مکالمه) درونی / ۴۹
- ۴- تسترا حساس با از راه ردیابی / ۶۸
- ۵- سردر خود را طرف سازید / ۸۸
- ۶- حفاظت و درون در مقابل حفاظت بالغ (درون) / ۱۰۵
- ۷- مسدودکننده های والا / ۱۲۴
- ۸- نوازش کردن / ۱۳۱
- ۹- شما چه چیزی می خواهید / ۱۵۰
- ۱۰- موارد مورد نیاز برای تغییر / ۱۶۹
- ۱۱- حفظ افراد / ۱۸۹
- ۱۲- بازدارنده های والد / ۲۱۵
- ۱۳- مدیریت زمان را در دست بگیرید / ۲۲۸
- ۱۴- ساخت کودکان / ۲۴۸
- ۱۵- دانستن و جسارت داشتن / ۲۶۷