

خودت باش دختر جان

صورتت را بشناس دختر جان

www.ketab.ir

نویسنده:
ریچل هالیس

سرشناسه: هالیس، ریچل.
عنوان و نام پدیدآورنده: خودت باش دختر جان: صورتت را بشور دختر / نویسنده: ریچل هالیس؛ مترجم: شیرین یزدانی؛ ویراستار علی سلیمانی.
مشخصات نشر: ارمغان گیلار، ۱۳۹۸.
مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص.
شابک: ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۶۵۸۸ - ۲۱ - ۸ - ۷۴۵۲۷
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتاب حاضر نخستین بار با عنوان «خودت باش دختر: از باور به دروغ‌هایی که درباره‌تان گفته می‌شود دست بردارید تا تبدیل به همان کسی شوید که واقعا هستید» با ترجمه هدیه جامعی توسط نشر کتاب کوله پستی در سال ۱۳۹۷ منتشر شده است.
موضوع: زنان مسیحی - راه و رسم زندگی.
موضوع: داستانهای روان‌شناختی - خودسازی
شناسه افزوده: یزدانی، شیرین، ۱۳۵۶، مترجم
رده بندی کنگره: B ۷۴۵۲۷
رده بندی دیویی: ۲۴۸
شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۱۶۶

خودت باش دختر جان

صورتت را بشور دختر جان

نویسنده: ریچل هالیس

مترجم: شیرین یزدانی

ناشر: ارمغان گیلار

ویراستار: علی سلیمانی

حروف چینی: ریحانه عطایی

نوبت چاپ: پنجم ۱۴۰۳

تیراز: ۲۰۰ نسخه

چاپ: آریا

قیمت: ۲۵۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸ - ۶۲۲ - ۶۵۸۸ - ۲۱ - ۸ - ۷۴۵۲۷



نویسنده انتشارات
ایمان گیلار

کلیه حقوق برای ناشر محفوظ است
armaghanegilar@gmail.com

تلفن: ۰۲۵۳۷۸۳۷۵۵۸ همراه: ۰۹۱۳۳۵۱۲۵۵۰

فهرست مطالب

آهای دختر! آهای!.....	۷
فصل اول: دروغ اول: چیز دیگری باعث خوشحالی من می شود.....	۱۵
فصل دوم: دروغ دوم: از فردا شروع می کنم.....	۲۵
فصل سوم: دروغ سوم: من به اندازه ی کافی خوب نیستم.....	۳۴
فصل چهارم: دروغ چهارم: من از تو بهترم.....	۴۷
فصل پنجم: دروغ پنجم: دوست داشتن او برای من کافی است.....	۵۷
فصل ششم: دروغ ششم: «نه» آخرین جواب است.....	۶۴
فصل هفتم: دروغ هفتم: رابطه ی جنسی با شریک زندگی ام ندارم.....	۸۳
فصل هشتم: دروغ هشتم: من با خودم خوب بلد نیستم.....	۹۰
فصل نهم: دروغ نهم: من مادرم خوبی نیستم.....	۹۸
فصل دهم: دروغ دهم: اکنون باید بهتر از هر کسی می بودم.....	۱۱۱
فصل یازدهم: دروغ یازدهم: بچه های دیگران تمیزتر و مودب تر هستند.....	۱۱۹
فصل دوازدهم: دروغ دوازدهم: باید خودم را کمی کوچک کنم.....	۱۳۰
فصل سیزدهم: دروغ سیزدهم: می خواهم با مت دیمون ازدواج کنم.....	۱۴۰
فصل چهاردهم: دروغ چهاردهم: من نویسنده ی مزخرفی هستم.....	۱۴۸
فصل پانزدهم: دروغ پانزدهم: هرگز نمی توانم این مرحله را پشت سر بگذارم.....	۱۵۵
فصل شانزدهم: دروغ شانزدهم: نمی توانم حقیقت را بگویم.....	۱۶۲
فصل هفدهم: دروغ هفدهم: وزنم معرف شخصیتم است.....	۱۷۶
فصل هجدهم: دروغ هجدهم: پناه برن به الکل.....	۱۸۶
فصل نوزدهم: دروغ نوزدهم: تنها یک راه درست برای زندگی کردن وجود دارد.....	۱۹۴
فصل بیستم: دروغ بیستم: به یک قهرمان نیاز دارم.....	۲۰۳