

من را آزاد کن تا بتوانم خلاق باشم و تو را درمان کنم

شقایق کودک درون

نویسنده:
لوسی اکاپاچیونه



سرشناسه: کاپاچیونه، لوشیا
 عنوان و نام پدیدآور: شفای کودک درون / نویسنده لوسیا کاپاچیونه : مترجم اکرم توکلی :
 ویراستار اسماعیل قاسمپور سرچشمه.
 مشخصات نشر: ارمغان گیلار، ۱۴۰۱.
 شابک: 978-622-6588-83-6
 وضعیت فهرست نویسی: فیبا
 یادداشت: عنوان اصلی: c1991. Recovery of your inner child.
 عنوان دیگر: من را آزاد کن تا بتوانم خلاق باشم و تو را درمان کنم.
 موضوع: کودک درون Inner child خودسازی (Self-actualization Psychology)
 خط -- جنبه‌های روان‌شناسی Writing -- Psychological aspects
 ترسیم و طراحی -- روان‌شناسی Drawing, Psychology of
 چاپ دستی و راست دستی Left- and right-handedness
 مغز -- تسلط نیمکره Cerebral dominance
 شناسه افزوده: توکلی، اکرم، ۱۳۶۰-، مترجم
 رده بندی کنگره: ۳۵/۶۹۸BF رده بندی دیویی: ۱/۱۵۸ شماره کتابشناسی ملی: ۹۰۸۴۹۶۲

شفای کودک درون

نویسنده: لوسیا کاپاچیونه

مترجم: اکرم توکلی

ویراستار: اسماعیل قاسمپور سرچشمه

ناشر: ارمغان گیلار

طراح و صفحه‌آرا: زرین گراف

نوبت چاپ: دوم ۱۴۰۳

تیراژ: ۲۰۰ نسخه

چاپخانه: آریا

قیمت: ۲۷۰۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۵۸۸-۸۳-۶



موسسه انتشارات
 ارمغان گیلار

تلفن: ۰۲۵-۳۷۸۳۷۵۵۸
 همدان: ۰۹۱۳۳۵۱۲۵۵۰
 کاپه حقوق برای ناشر محفوظ است
 armaghanegilan@gmail.com

فهرست مطالب

یافتن کودک درونم ۱۰

بخش ۱: کشف کودک درون مان / ۱۳

فصل اول: کودک خردسالی باید آنها را هدایت کند ۱۶

تجربه کودک درون ۲۳

کشف کودک درون خود ۲۵

ابزار مراقبت از کودک درون ۳۳

گفتگوهای نوشتاری ۳۸

مغز، دست، کودک درون ۳۹

بازی و فعالیتهای خلاقانه ۴۶

فصل دوم: ملاقات با کودک درون ۵۲

ملاقات با کودک درون ۶۱

گفتگو با کودک درونتان ۶۶

نقاشی احساسات ۷۵

هشیاری ۷۵

فصل سوم: حمایت از کودک آسیب پذیر درون ۷۷

استقبال از کودک آسیب پذیر درون ۸۲

اجازه دهید کودک آسیب پذیرتان زبان باز کند ۸۶

بیماری و کودک درون ۹۲

گفتگو با جسم خویشتن ۹۴

فرایند ماتم گرفتن	۱۸۱
وداع	۱۸۳
شخصی مهربان در دوران کودکی	۱۸۳
اوقات خوش	۱۸۳
نامه ای به والدین یا پرستار دوران کودکی خود	۱۸۴
آینده مال من است	۱۸۴
هشیاری	۱۸۵

بخش ۳: تولد کودک جادویی / ۱۸۶

فصل نهم: بگذارید کودک درونتان بازی کند	۱۸۸
کشیدن تصویر کودک بازیگوش درون	۱۸۹
کودک بازیگوش گذشته ها	۱۹۱
شوخی، خنده، بازی	۱۹۴
خندیدن	۱۹۵
بازی	۱۹۵
برای امروز کودک بازیگوش درون	۱۹۶
کودک بازیگوش درون و سالهای بازنشستگی	۱۹۷
هشیاری	۱۹۷
فصل دهم: قدردانی از کودک خلاق درون	۱۹۹
خلاقیت در کودکی	۲۰۲
کودک درون گذشته ها	۲۰۴
کودک خلاق درون	۲۰۵
آرزوها و رؤیاها	۲۰۵
دعوت کودک خلاق درون به محیط کار	۲۱۰
گِل بازی	۲۱۳
هشیاری	۲۱۳

- فصل یازدهم: کشف کودک معنوی درون ۲۱۵
- نقش کودک درون در رؤیا ۲۱۶
- کودک معنوی درون گذشته ها ۲۱۷
- ملاقات با کودک معنوی درون ۲۱۹
- از صمیم قلب با کودک معنوی درونتان گفتگو کنید ۲۲۰
- گفتگو با هدایتگری معنوی ۲۲۲
- گفتگو با قدرت برتر ۲۲۳
- هدایتی از سوی کودک معنوی درون ۲۲۳