

OBSAH

PŘEDMLUVA	9
PODĚKOVÁNÍ	11
ÚVOD	12

I. ČÁST

POZNÁNÍ NAŠEHO VNITŘNÍHO DÍTĚTE A VNITŘNÍHO DOSPĚLÉHO

1. KAPITOLA / Máte v sobě vnitřní dítě	19
2. KAPITOLA / Jste sami sobě rodičem / vnitřním dospělým	43
3. KAPITOLA / Naše ego a Vyšší Já	56
4. KAPITOLA / Spoluzávislost: Hlavní důsledek vnitřního odpojení se od sebe	74
5. KAPITOLA / Vnitřní propojení	83
6. KAPITOLA / Přínosy vnitřního spojení se sebou	93
7. KAPITOLA / Jak objevit svého milujícího vnitřního dospělého	115

II. ČÁST
KONKRÉTNÍ POSTUPY A TECHNIKY

8. KAPITOLA / Postupy a techniky pro vaše vnitřní uzdravení . . .	141
9. KAPITOLA / Uváznutí ve slepé uličce a jak se z něj vymanit . . .	168
10. KAPITOLA / Léčebné postupy: Mateřská péče	205
11. KAPITOLA / Dvanáctikrokové léčebné programy	222
12. KAPITOLA / Léčebné postupy v rámci terapie	227
13. KAPITOLA / Pevné rozhodnutí a odhodlání	264
DOPORUČENÁ LITERATURA	268