

Spis treści

Przedmowa.....	9
CZĘŚĆ I. DOROSŁE DZIECI	11
1. Wstęp	13
2. Dwie opowieści	19
3. Kim jesteśmy? Jakie mamy objawy?	33
4. Kilka faktów na temat uzależnień	53
INTERLUDIUM	
5. Niedźwiedź	69
CZĘŚĆ II. RODZINNE KORZENIE	71
6. Systemy rodzinne: struktura, funkcja, role, granice	73
7. Pułapki	97
8. Kiedy rodzina zbacza z kursu.....	109
INTERLUDIUM	
9. Gąska	143

CZĘŚĆ III. CO SIĘ ZE MNĄ DZIEJE?	151
10. Zaprzeczenie	153
11. Uczucia	161
12. Tajemnice	177
13. Co się dzieje z naszą tożsamością?	187
14. Intymność i cała reszta	203
INTERLUDIUM	
15. Zajęczyca	225
CZĘŚĆ IV. POD WIERZCHOŁKIEM GÓRY LODOWEJ	231
16. Ogólna koncepcja dorosłego dziecka i współuzależnienia	233
CZĘŚĆ V. ZDROWIENIE: CO MAM TERAZ ROBIĆ?	251
17. Odkrywanie i przyznawanie się	253
18. Realizowanie programu	263
19. Kilka słów o leczeniu i duchowości	277
EPILOG	
20. Pocałuj potwora w nos	285
Bibliografia	289
Aneks	293
Podziękowania	295
O autorach	296