

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie	7
Część I	
Dysfunkcyjny dom w dysfunkcyjnym środowisku ...	11
Rozdział 1. Dysfunkcyjna rodzina, czyli jaka?	13
Rozdział 2. Twój koszyk potrzeb	41
Rozdział 3. Raz, dwa, trzy – Baba Jaga patrzy	57
Rozdział 4. Dziurawy koszyk	77
Część II	
Zdziecinnienie i droga ku dojrzałości.	163
Rozmowa z Tomaszem Sobierajskim	167
Część III	
Lekcje do odrobienia – wielogłos naszego pokolenia	189
Lekcja 1. Myśl o sobie dobrze.	
Rozmowa z Mariuszem Wirgą	193

Lekcja 2.	Pozbądź się dziecięcych oczekiwań Rozmowa z Joanną Gutral	201
Lekcja 3.	Współczuj Rozmowa z Julią E. Wahl	213
Lekcja 4.	Oswój wstyd Rozmowa z Joanną Chmurą	229
Lekcja 5.	Czasem musisz coś oddać, żeby pójść własną drogą Rozmowa z Barbarą Chojnacką	241
Lekcja 6.	Traktuj dobrze swoje ciało Rozmowa z Agatą Litwińską	255
Lekcja 7.	Wypróbuj wolność Rozmowa z Sylwią Chutnik	263
Lekcja 8.	Miłość jest najważniejsza Rozmowa z Konradem Aksinowiczem	273
Lekcja 9.	Więzy krwi nie są najważniejsze Rozmowa z Aleksandrą Zbroją	283
Lekcja 10.	Poczuj, że żyjesz Rozmowa z Marzeną Barszcz	305
Lekcja 11.	Osiągnięcia szkolne nic o nas nie mówią Rozmowa z Mikołajem Marcelą	327
Lekcja 12.	Ślady traumy Rozmowa z Aleksandrą Pietą	343
Lekcja 13.	Nie chodzi o to, by podważyć wszystko Marcin Ilski	353
Lekcja 14.	W stronę wewnętrznej spójności Jakub Rubaj	361
Bibliografia		377