

Spis treści

Dlaczego napisałyśmy tę książkę?	5
---	---

Rozdział I

Najtrudniejsze rodzicielstwo na świecie	13
--	----

Czego boi się współczesny dorosły?

Rozdział II

Nie warto być kumplem swojego dziecka	35
--	----

Jak mądrze i skutecznie postawić granice

Rozdział III

Uśmiechnij się!	51
------------------------------	----

Smutne dzieci smutnych rodziców

Rozdział IV

A jednak samotni	81
-------------------------------	----

Tajemnice pojedynczego rodzicielstwa

Rozdział V

Rozmowy, które się nie odbywają (a powinny)	107
--	-----

Pukajcie do nastoletkowych drzwi

Rozdział VI

Parentyfikacja i foch – nowe odsłony starej przemocy	153
---	-----

Dziecko nie może ratować rodzica

Rozdział VII

A co, jeśli bierze?	169
----------------------------------	-----

Nastolatek i substancje

Rozdział VIII

L4 z rodzicielstwa	181
---------------------------------	-----

Wyczerpany rodzic idealny

Rozdział IX

Diagnoza. I co po niej?	211
--------------------------------------	-----

Pamiętaj o drugim dziecku

Rozdział X

Lepiej ma być wszystkim	251
--------------------------------------	-----

Rodzina w terapii rodzinnej

Rozdział XI

Transgresja czy transgeneracja?	265
--	-----

Dysforia, niebinarność, transpłciowość...