

SPIS TREŚCI

PRZEDMOWA DO NOWEGO WYDANIA	7
PRZEDMOWA DO PIERWSZEGO WYDANIA	11
WSTĘP	15
1. DOROSŁA DZIEWCZYNA –	
DEFICYTY I EMOCJE.	19
KIM JEST DOROSŁA DZIEWCZYNA	
Z RODZINY DYSFUNKCYJNEJ?.	21
BEZPIECZNE I RYZYKOWNE SPOSOBY	
RADZENIA SOBIE Z EMOCJAMI.	33
DWA OBLICZA DDD.	45
KOBIETA PODPORZĄDKOWANA,	
KOBIETA DOMINUJĄCA.	51
2. POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA	57
DEFICYT POCZUCIA BEZPIECZEŃSTWA	59
LĘK	75
BEZWARUNKOWE POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA	81
3. POCZUCIE KOBIECOŚCI	87
DEFICYT POCZUCIA KOBIECOŚCI	89
POPĘD SEKSUALNY.	107
BEZWARUNKOWE POCZUCIE KOBIECOŚCI	113

4. POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI	119
DEFICYT POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI	121
ZŁOŚĆ	143
BEZWARUNKOWE POCZUCIE	
WŁASNEJ WARTOŚCI	151
5. POCZUCIE BEZWARUNKOWEJ	
MIŁOŚCI	163
DEFICYT POCZUCIA	
BEZWARUNKOWEJ MIŁOŚCI	165
SMUTEK	181
MIŁOŚĆ BEZWARUNKOWA	185
6. PSYCHOTERAPIA DLA DOROSŁYCH	
DZIEWCZYNEK	195
KIM JEST PSYCHOTERAPEUTA?	199
PSYCHOTERAPIA GESTALT	211
NARZĘDZIA POZNAWCZE,	
BEHAWIORALNE I MINDFULNESS	219
TERAPIA UZALEŻNIEŃ.	225
CZY PSYCHOTERAPIA MOŻE ZASZKODZIĆ?	233
WSKAZÓWKI DOTYCZĄCE	
WYBORU PSYCHOTERAPEUTY.	239