

# Spis treści

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

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