

Оглавление

Вступление	3
------------------	---

Часть I

Токсичные родители

Глава 1. Богоподобные родители	20
Глава 2. «Даже если ты не хотел сделать мне больно, это не означает, что мне не было больно»	39
Глава 3. «Почему они не могут оставить меня в покое?»	62
Глава 4. «В этой семье нет алкоголиков»	91
Глава 5. Внутреннее кровотечение	122
Глава 6. Открытые раны	148
Глава 7. Окончательное предательство	174
Глава 8. Почему родители так поступают?	208

Часть II

Спасти свою жизнь

Глава 9. Не нужно никого прощать	232
Глава 10. «Я взрослый человек, но почему же я не чувствую себя таковым?»	239

Глава 11. Начало самоопределения	255
Глава 12. Кто же несет ответственность?	269
Глава 13. Конфронтация: путь к независимости.	293
Глава 14. Заживление раны инцеста	344
Глава 15. Прервите цикл	386
Эпилог. Пора прекратить страдания и закончить сражение.	400
Благодарности	408
Рекомендуемая литература	410
Об авторах	412