

CUPRINS

MULȚUMIRI	7
PARTEA ÎNTÎI: Cauzele codependenței	9
Unu Să pornim la drum	11
Doi Ce este codependența?	21
Trei Rezervorul gol	37
Patru Adevărul bine ascuns	53
Cinci Revelarea adevărului	65
Șase Copilăria pierdută	85
Șapte Istoria care se repetă	101
PARTEA A DOUA: Cele zece etape ale procesului de însănătoșire	113
Opt Examinarea relațiilor	115
Nouă Inventarul relațiilor — partea întâi	127
Zece Inventarul relațiilor — partea a doua	159
Unsprezece Controlul dependenței	185
Doisprezece Despărțirea de casă	207

Treisprezece	Jelirea pierderilor	223
Paisprezece	O nouă imagine de sine	241
Cincisprezece	Noi experiențe	253
Șaisprezece	Întoarcerea acasă și împăcarea cu trecutul	269
Șaptesprezece	Răspunderea în fața altora	281
Optsprezece	Menținerea echilibrului	293
PARTEA A TREIA: Definirea relațiilor sănătoase		309
Nouăsprezece	Relații codependente sau sănătoase?	311
Douăzeci	Reușita în relații	323
Despre autori		331