

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ.....	7
ПРЕДИСЛОВИЕ АВТОРА.....	11
ВВЕДЕНИЕ.....	16
ГЛАВА 1. РЕАБИЛИТАЦИЯ ЗАВИСИМЫХ.....	20
Экскурс в историю.....	24
Можно ли лечить зависимого недобровольно?.....	28
Современная реабилитация.....	33
Относительность времени.....	36
За семью печатями.....	46
Разновидности центров.....	61
Раскаяние или покаяние.....	78
ГЛАВА 2. ВЗРОСЛЫЕ ДЕТИ АЛКОГОЛИКОВ.....	99
<i>Задание № 1. Персональный список черт выживания</i>	108
Перфекционизм.....	109
Страх перед людьми и авторитетными лицами.....	110
Я не такая, как все.....	117
Желание угодить.....	119
Контроль и импульсивность.....	124
Покинутость.....	128
<i>Задание № 2. Моя покинутость</i>	135
Гнев.....	143
<i>Задание № 3. Карта гнева</i>	147
<i>Задание № 4. «Я-высказывания»</i>	159
Угодничество.....	161
<i>Задание № 5. Угодить или не надо?</i>	165
Изоляция.....	166
<i>Задание № 6. Я изолируюсь?</i>	171
Жертва.....	172
<i>Задание № 7. Мои чувства в моменте</i>	
Параалкоголизм.....	177

