

Оглавление

Вступление 7

ЧАСТЬ I. ВРЕДНЫЕ РОДИТЕЛИ 20

Глава 1. Богоподобные родители 22

Глава 2. «Даже если ты не хотел сделать мне больно,
это не означает, что мне не было больно» 37

Глава 3. «Почему они не могут оставить меня в покое?» 55

Глава 4. «В этой семье нет алкоголиков» 78

Глава 5. Внутреннее кровотечение 102

Глава 6. Открытые раны 123

Глава 7. Окончательное предательство 144

Глава 8. Почему родители так поступают? 171

ЧАСТЬ II. ИЗМЕНИТЬ ЖИЗНЬ К ЛУЧШЕМУ

188

Глава 9. Не нужно никого прощать 191

Глава 10. «Я взрослый человек,
но почему же я не чувствую себя таковым?» 197

Глава 11. Начало самоопределения 211

Глава 12. Кто же несет ответственность? 223

Глава 13. Конфронтация: путь к независимости 242

Глава 14. Заживление раны инцеста 282

Глава 15. Прервите цикл 315

Эпилог. Пора прекратить страдания
и закончить сражение 326