

Obsah

Poděkování	7
Úvod	11
1 Jak emočně nezralí rodiče ovlivňují život svých dospělých dětí	17
2 Jak rozpoznat emočně nezralého rodiče	41
3 Jaké to je mít vztah s emočně nezralým rodičem	71
4 Čtyři typy emočně nezralých rodičů	95
5 Jak různé děti reagují na emočně nezralé rodiče	117
6 Jaké to je být internalizátorem	143
7 Zhroucení a probuzení	169
8 Jak se nenechat ovládnout emočně nezralým rodičem	191
9 Jaké je žít oproštěně od rolí a představ	213
10 Jak rozpoznat emočně zralé lidi	237
Epilog	263
Literatura	267
O autorce	271