

目錄

獻詞		5
謝詞		7
前言		9
緒論	獻給我的家人	11
1	單向關係的真相	15
2	我要為所有問題受責嗎？	31
3	如何對待單向關係的另一方	39
4	認識相互依賴性： 人際關係根源問題的新術語	47
5	為何相互依賴者要相互依賴？	59
6	烙印的奇異力量	71
7	相互依賴性的烙印源於家庭	83
8	你的損失可以改變一生	103
9	你只會因祕密和羞恥而憔悴	117
10	一個受傷心靈呼喚愛	129
11	如何醫治創傷	143
12	如何面對他人的忿怒又得勝	151
13	親密可以引起或醫治相互依賴性	167
14	如何防止相互依賴性	177
15	你的上帝是誰？	191