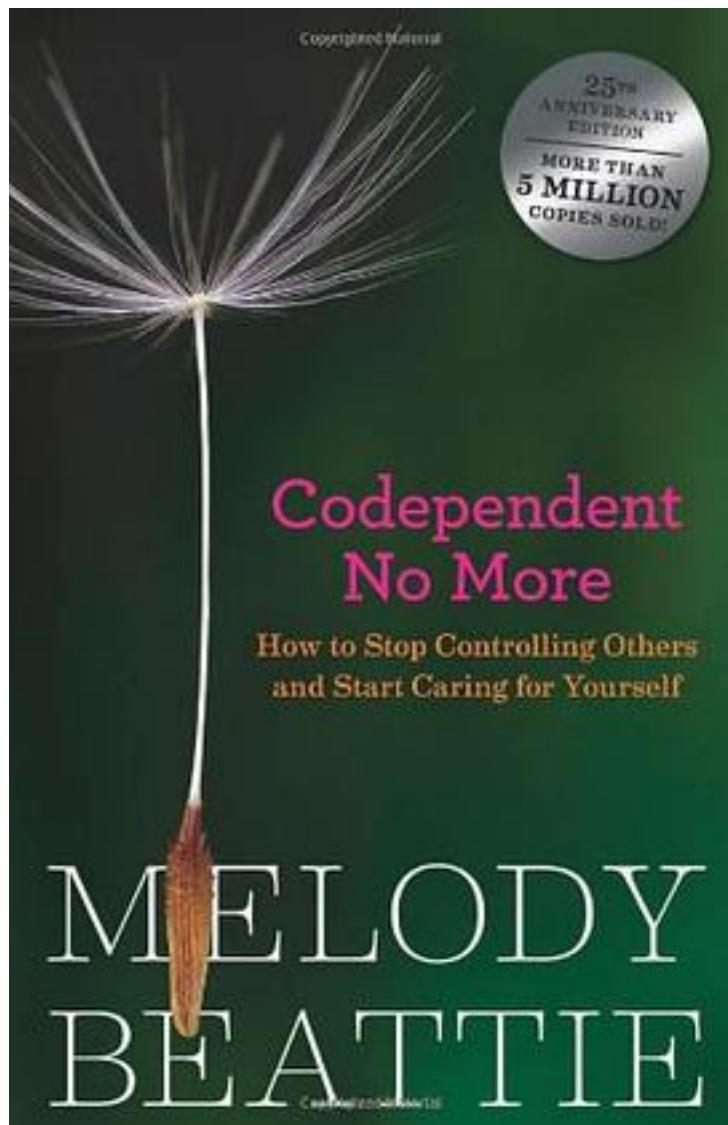


# Codependent No More



[Codependent No More 下载链接1](#)

著者:Melody Beattie

出版者:Hazelden

出版时间:1992

装帧:Paperback

isbn:9780894864025

Is someone else's problem your problem? If, like so many others, you've lost sight of your own life in the drama of tending to someone else's, you may be codependent--and you may find yourself in this book.

The healing touchstone of millions, this modern classic by one of America's best-loved and most inspirational authors holds the key to understanding codependency and to unlocking its stultifying hold on your life.

With instructive life stories, personal reflections, exercises, and self-tests, *Codependent No More* is a simple, straightforward, readable map of the perplexing world of codependency--charting the path to freedom and a lifetime of healing, hope, and happiness.

作者介绍:

目录:

[Codependent No More\\_ 下载链接1](#)

标签

心理学

共同依赖

英文原版

关系成瘾

非常关系

病态互依症

life

语音书

## 评论

From time to time I find the author & her case studies hard to deal with - even in their writing/storytelling style, they are somehow influenced by the codependency. I always try to avoid that in my own writing, though not too successfully according to my readers.

-----  
无收获. just a workbook. no explanation.

-----  
依赖依赖。

-----  
我几乎从来不读self help类的书，以为每个人的问题各不相同，他人经历并无太多参考价值，一切取决于和自己内心讲和。但是这本书给我带来新的视角，并慢慢帮助我走出抑郁以及分手带给我的伤痛。要爱别人以及让自己变得值得被爱，首先要爱自己。

-----  
中文版，电子工业出版社。了解自己。

-----  
doesn't work.

-----  
[Codependent No More\\_ 下载链接1](#)

## 书评

这本书，对我个人而言，起到警示作用，按照书中和网上的信息，I was a codependent for most of my life.  
我不能确定自己已经完全摆脱codependency，可以确定的是，我在恢复曲线的tip上。

这本书的叙述方式，确实如下图的短评所说。  
如果你深陷codependency沼泽，这本书的角度...

关系成瘾症（共同依赖）是在当今社会中普遍存在的。包括了：夫妻关系、父母与子女关系、同事关系、恋人关系等等。举2个简单的例子：1  
前段时间上海发生的袭击警察案件，嫌疑人的母亲认为儿子行凶事出有因，不该被判极刑。杀人偿命自古天经地义，可为什么嫌疑人的母亲认为儿...

性格健全是多么重要，关爱温暖的童年经历多么重要.可怜我们中的很多人都没有。  
在群体生活中不容易发现,一旦极端的情况出现,个性的缺陷就突现了,小则成为挫折,大的成为悲剧. 这几年,我见识了太多悲剧. 比如有人喋喋不休的诉说男人如何恶劣对待她,你一再出谋划策,她还仍然保...

很长一段时间内放在床头。  
没有处理的悲伤，对他人过度反应的时候，受害者心理的时候。  
如果你曾对亲友倾你所有，却不曾真正关心关注过你自己 那我推荐你读这本书  
我买了MELODY的四五本书。只有这本是一字不落反复看的。这是她的成名之作，也是她前面几十年走出苦难的总结。

英子树读1阶#90天读完200本书# 0/禅熵：降低期望值 (Zenentropy)  
1/心流：关键词脑暴 (Flowstorm) D5 (好奇) 6/200 《放手-走出关怀强迫症的迷思》  
作者 [美] 梅洛迪.贝蒂著 谭晨译 全书字数：208千字 速标时长：  
6分钟 (23040字/分钟) 定价：39元 书摘：大部分人都需要...

Home is not necessary to be where you live in now. It's a place , a circumstance, a atmosphere ,which makes you feel good ,comfortable.Feel like going home. It's from the new book ,named Finding your Own Home ,of Melody Beattie. Her first book moved me a ...

[Codependent No More\\_下载链接1](#)