

ОСНОВНЫЕ КНИГИ:



Анонимные Созависимые - «Синяя книга CoDA (A5, 144 стр.)

рассказывает о программе выздоровления, отвечает на вопросы: Что такое созависимость? В чем заключается служение? Кто такие спонсоры? Зачем нужны собрания? Содержит большой раздел «Часто задаваемые вопросы», отличие от других Двенадцатишаговых программ, историю создания CoDA.



Рабочая тетрадь «Двенадцать Шагов & Двенадцать Традиций» (A5, 136 стр.).

Здесь размещена информация по каждому из Двенадцати Шагов программы выздоровления «Анонимных Созависимых» и по каждой из «Двенадцати Традиций». К каждому Шагу и Традиции даны вопросы, на которые необходимо ответить при прохождении программы со спонсором. В конце книги есть Руководство по прохождению Шагов в малой группе и список инвентаризации по Четвертому Шагу.

ДРУГИЕ КНИГИ:



Ежедневник CoDA «Сейчас. Книга ежедневных медитаций»

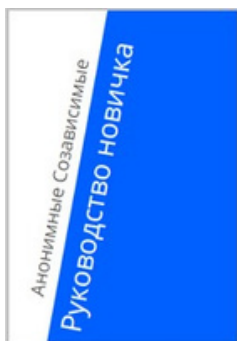
(117*140 мм, 390 стр.). Короткие тексты на каждый день года с короткими жизненными историями, размышлениях об отношениях, о путях выхода из созависимости. В конце книги содержится подробный алфавитный указатель.



Веселое путешествие. Рисуй и выздоравливай (216*279 мм, 88 с.)

- раскраска по Шагам, Традициям, Обещаниям Совершенно новый формат литературы для выздоровления в программе «Анонимных Созависимых», где особое внимание уделяется внутреннему ребенку. Каждому Шагу, Традиции и Обещанию соответствует отдельный разворот, где справа - поясняющий текст, ключевое слово, метафора и аффирмация, место для заметок, слева - картинка для раскрашивания.

БРОШЮРЫ



Руководство новичка (A5, 72 стр.)

В брошюре рассказывается о Пяти главных частях программы выздоровления CoDA. Приведены аффирмации, которые могут оказаться полезными во время выполнения программы, даются «подсказки выздоровления» и ответ на вопрос «что такое баланс в выздоровлении?» Также приводится мнение членов сообщества о том, что такое созависимость и другая полезная информация, которой нет в книгах или других брошюрах.

Заказ книг - через форму на <http://coda-spb.ru/literature>

БРОШЮРЫ, ПРОДОЛЖЕНИЕ



Говоря о Традициях: поиск решений (A5, 58 стр).

Здесь рассказывается о Традициях «Анонимных Созависимых» – правилах здорового (не созависимого) взаимодействия с внешним миром, другими людьми. В брошюре после текста о каждой Традиции приводится опыт участников сообщества о том, как они применяют конкретную Традицию в своей жизни и как это работает для них.



Руководство по Двенадцати Шагам (A5, 44 стр.)

Полное руководство по прохождению Шагов «Анонимных Созависимых», где разъясняются нюансы каждого Шага, даны рекомендации по практической работе с каждым из Двенадцати Шагов программы. Это руководство было написано до появления книги «Анонимные Созависимые».



Делая выбор в выздоровлении: позитивные аффирмации для работы над нашими дефектами характера (A5, 40 стр.).

Руководство по прохождению Шестого и Седьмого Шагов программы «Анонимных Созависимых», где рассматривается выздоровление через изменения отношения к таким составляющим, как: мое тело, мои эмоции, мои мысли, мой дух, моя целостность, моя сексуальность.



Общие нити созависимости (A5, 28 стр.)

рассказывает о сути созависимости. В ней много «прямой речи» — ответов членов Сообщества на вопросы о том, почему они ходят на собрания? Как справиться со срывом? Что значит быть истинным? Где бы я мог оказаться сегодня если бы не выздоровление? и многие другие.



Развитие сообщества: здоровые собрания имеют значение (A5, 20 с.)

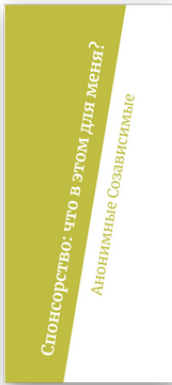
о том, как работает групповое сознание, что такое «литература, одобренная Конференцией CoDA», как выглядит структура CoDA, как решать спорные вопросы внутри Сообщества с помощью Традиций и много другой полезной информации для проведения здоровых собраний.



Модели выздоровления от созависимости (A5, 8 стр.)

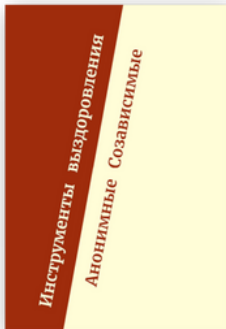
содержит модели созависимости и противоположные им модели здорового поведения. Инструмент для идентификации признаков созависимости.

БРОШЮРЫ, ПРОДОЛЖЕНИЕ



Спонсорство: что в этом для меня? (1/2 А5, 44 стр.)

Брошюра рассматривает спонсорство со стороны спонсора и со стороны спонсируемого, отвечает на самые важные вопросы построения спонсорских отношений: как найти спонсора? Почему важно спонсировать самому? и многие другие.



Инструменты выздоровления (А5, 28 страниц).

Брошюра кратко рассказывает об инструментах для выхода из изоляции, снятия стресса, построения отношений. Здесь приводятся слоганы и выражения, которые помогут справиться с «мыслительной жвачкой».



Несение вестей. Жизнь по Двенадцатому Шагу (А5, 12 страниц).

Первая на русском языке брошюра, где рассказывается о том, что такое «Служение в выздоровлении», какими мотивами важно руководствоваться, принимая решение взять служение, а также о том, какие виды служения бывают.



Очищая луковицу (А5, 42 страницы). *Апрель-май 2023*

В брошюре рассматриваются страхи в отношениях, мотивы избегания близости, модели и характеристики созависимости, проявляемые в отношениях, стадии выздоровления. Здесь приводится несколько историй выздоровления, приводятся сравнение здоровых и созависимых отношений.

БУКЛЕТЫ



Буклеты рассказывают о разных аспектах выздоровления от созависимости.

Созависимый ли я? (евробуклет, 3 сложения) - в буклете приведены основные модели созависимого поведения, которые могут помочь новичкам для самоидентификации.

Что такое CoDA? (355*210 мм, 4 сложения) - здесь содержится четыре основных текста, которые объединяют сообщество «Анонимных Созависимых» по всему миру.

Посещение собраний (евробуклет, 3 сложения) - рассказывает о том, как посещать собрания, отвечает на вопросы: что происходит на собраниях CoDA? как правильно высказываться, слушать, избегать "комментариев" и что делать новичкам?

Установление границ в выздоровлении (355*210 мм, 4 сложения) рассказывает о том, как определить границы, как установить внутренние и внешние границы, рассказывается о ситуациях, с которыми может столкнуться созависимый при установлении границ.

Твое первое собрание (355*210 мм, 4 сложения) через этот буклет можно познакомить с Сообществом тех, кто заинтересовался программой выздоровления «Анонимных Созависимых», но у него есть вопросы о собраниях и программе.

Информация для профессионалов (355*210 мм, 4 сложения) этот буклет поможет профессиональным психологам, к которым обращаются с вопросами о созависимости, принять решение о рекомендации собраний CoDA «тем, кто еще страдает».

Общение с другими и выздоровление (355*210 мм, 4 сложения) рассказывает о том, что такое «здоровое общение», как определить и как изменить созависимые модели общения.

Спонсорство в CoDA — будет полезен для тех, кто ищет спонсора или собирается им стать.

<http://coda-spb.ru/literature/>

Остались вопросы? Пишите на e-mail: coda.spb@mail.ru