

TURINYS

Pratarmė	11
Padėka.....	15
Įžanga	17
 I dalis. VISKAS IR YRA TAIP BEPROTIŠKA, KAIP MANOTE	23
1. Netekties realybė	25
2. Antra sakinio dalis	36
3. Tai ne apie tave, o apie mus	50
4. Emocinis neraštingumas ir kaltinimų kultūra	65
5. Naujas gedulo modelis	85
 II dalis. KĄ DARYTI SU GEDULU	95
6. Gyvenimas netekties realybėje	99
7. Negali numalšinti sielvarto, bet neprivalai kentėti	118
8. Kaip (ir kam) likti gyvam	136
9. Kas nutiko mano protui?	152
10. Gedulas ir nerimas	169
11. Kaip su tuo susijęs menas?	186
12. Atrask savo „sveikimo“ vaizdinį	203
 III dalis. KAI DRAUGAI IR ARTIMIEJI NEŽINO, KĄ DARYTI	219
13. Mokyti ar ignoruoti?	221
14. Stiprinkite savo palaikymo komandą.....	238
 IV dalis. KELIAS Į PRIEKĮ.....	255
15. Gedėjimo gentis.....	257
16. Tik meilė niekada nesibaigia.....	271
 Priedas. KAIP PADĖTI GEDINČIAM DRAUGUI.....	279
 Pastabos	285