

Spis treści

Podziękowania	9
Wstęp	13
1. Macierzyństwo i żaloba. Uzdrawiająca moc	35
Naprawa historii	42
Odnowienie dawnej więzi z matką	45
Zastępowanie straconej opieki	48
Powrót do przeszłości	54
Opieka nad pasierbami	58
Rola babci. Druga szansa na macierzyństwo	62
2. Ciąża. Czas na przygotowania	67
Sekretna strona ciąży – psychiczna, emocjonalna, intensywna	75
Kluczowa decyzja	89
Bezpłodność – inna forma straty	98
Kwestia preferencji – chłopiec czy dziewczynka?	102
3. Poród i narodziny. Przystąpienie progu	111
Od teraz jest ich dwoje	138
Dlaczego przebieg porodu ma znaczenie?	141
4. Okres poporodowy. Pierwsze sześć tygodni	153
Hipersamowystarczalność	170
Utrzymująca się lojalność w stosunku do matki	177
Te „drugie” babcie	179
Mit natychmiastowej więzi	182

5. Przywiązywanie się.	
Powstawanie więzi między matką a dzieckiem	189
Krótkie podsumowanie problematyki przywiązania i straty	194
6. Do lat czterech. Opieka nad dziećmi w wieku niemowlęcym, poniemowlęcym i wczesnoprzedшкоlnym	213
Szok macierzyństwa	216
Myśli na temat własnej śmierci	219
Nauka samodzielnego zasypiania	221
Rozłąka fizyczna	225
Pierwszy dzień w przedszkolu (żłobku)	229
Złość i odrzucenie	233
Rozwijanie niezależności	237
Kolejne dzieci	241
7. Nieobecna babcia. Zapelnienie pustki	247
Niewiadoma	258
Wcale nie tak nieobecna babcia	262
8. Babcia w niebie. Rozmowa z dziećmi o śmierci	269
Dzieci w wieku poniemowlęcym.	
– od osiemnastu miesięcy do trzech lat	282
Dzieci w wieku przedszkolnym	
– od trzech do pięciu lat	285
Dzieci w wieku szkolnym	
– od pięciu do jedenastu lat	288
Dzieci w wieku dojrzewania i starsze	293
Jak mówić o trudnych sprawach	
– śmierć gwałtowna lub samobójcza	296
9. Rodzina pod specjalnym nadzorem.	
Żeby tylko nikomu nic się nie stało	299
„Nadopiekuńczy” rodzice	312
Jeśli realizuje się czarny scenariusz	321

10. Pięć do dwunastu lat. Lata szkolne	329
Sprawy domowe	335
Gniew, odrzucenie, dyscyplina	341
Życie szkolne	350
11. Matka pod specjalnym nadzorem.	
Żeby tylko nic mi się nie stało	365
Migająca liczba	371
Kolejna migająca liczba	375
Plan idealny	380
Fotografie i wspomnienia	385
12. Tu chodzi o dziecko. Zachowanie ostrości spojrzenia	393
No pain, no gain – wartość cierpienia	412
13. Nastolatki w domu. Strefa nieznanego	427
Mit 1. Rozłąka jest niezbędna	437
Mit 2. Konflikty, bunt i odrzucenie oznaczają, że popełniłam jakiś błąd	445
Mit 3. Naszym dzieciom jest dużo łatwiej niż nam, gdy byliśmy w ich wieku	453
Mit 4. Wystarczy kochać	456
Mit 5. Są już dorosłe – moja rola się skończyła	461
Epilog	465
Dodatek A. Kwestionariusz <i>Motherless Mother Survey</i>	471
Dodatek B. Kwestionariusz grupy kontrolnej	483
Dodatek C. Przydatne adresy	493
Przypisy bibliograficzne	495
Bibliografia	518