

Spis treści

Przedmowa Steve'a Biddulpha	9
Podziękowania	12
Wprowadzenie do wydania drugiego	15

Część I

Fundamenty: niemowlę i jego mózg	25
1. Zanim je poznamy	27
2. Powrót do początków	39
3. Rozwój mózgu	56
4. Destrukcyjny kortyzol	79
Wnioski do części I	106

Część II

Kruche fundamenty i ich konsekwencje	107
5. Zagłuszanie uczuć. Związek między wczesną regulacją emocjonalną a układem odpornościowym	113
6. Dziecko melancholiczne. Jak wczesne doświadczenie może zmienić chemię mózgu, prowadząc do depresji w dorosłym życiu	132
7. Aktywna krzywda. Związek między urazem psychicznym w wieku niemowlęcym i w wieku dorosłym	152
8. Udręka. Związek między zaburzeniami osobowości a wczesnym doświadczeniem	168
9. Pierwotna wina. Wpływ surowego traktowania dzieci na brak uczucia empatii wobec innych ludzi	184

Część III

Zbyt wiele informacji, za mało rozwiązań. Gdzie nas to zaprowadzi?	207
10. „Kiedy wszystko inne zawiedzie, przytul misia”. Naprawianie szkody	209
11. Narodziny przyszłości	224
Bibliografia	237
Indeks	267