

Spis treści

Część I. Lęk

Statystyki mówią	11
Zaburzenia lękowe to nie tylko	15
Napisałem tę książkę	22
Wiele osób cierpiących	55
Czy lęk widać	62
Co znaczy lęk?	70
Powiedzcie	73
Gdzie szukać	74
Miała długie, czarne warkocze	94

Część II. Osobiste historie zaburzeń

Wszystko, co opowiem, działo się wyłącznie	111
Iza i Sylwia podjęły przełomową decyzję	137
Pierwszy wpis	162
Kinga idzie do kościoła	189
Istnieją powody, dla których	212
Małgorzata miała trudność	226
Ja jestem zwykłą kobietą	241
Piotr porzucił marzenie	264
Bibliografia	277