

Kenneth J. Doka

ŻAŁOBA JEST PODRÓŻĄ

Jak zmagać się ze stratą

TŁUMACZENIE Z JĘZYKA ANGIELSKIEGO

MAREK CHOJNACKI

psychologia w działaniu
charaktery
wydawnictwo

KIELCE 2017

SPIS TREŚCI

CZĘŚĆ I. ŻAŁOBA JEST PODRÓŻĄ

Rozdział 1.	Żałoba – mity i rzeczywistość.....	15
Rozdział 2.	Doświadczenie żałoby.....	43
Rozdział 3.	Wędrowka przez żałobę. Rozumienie procesu.....	73
Rozdział 4.	Twój styl żałoby.....	105

CZĘŚĆ II. STRATY, KTÓRYCH DOZNAJEMY W ŻYCIU

Rozdział 5.	Gdy umiera współmałżonek.....	141
Rozdział 6.	Gdy umiera dziecko.....	165
Rozdział 7.	Gdy umiera jedno z rodziców.....	195
Rozdział 8.	Strata brata lub siostry w dorosłym życiu.....	219

CZĘŚĆ III. NIEUZNAWANE STRATY: ŻAŁOBA POZBAWIONA PRAW

Rozdział 9.	Zerwane więzi: gdy relacje nie są uznawane.....	239
Rozdział 10.	Czy ktoś mnie rozumie? Nieuznawane straty.....	253
Rozdział 11.	Uznawanie tego, do czego zostaliśmy pozbawieni prawa.....	273

CZĘŚĆ IV. POMAGANIE SOBIE – I INNYM

Rozdział 12.	Dodawanie sensu rytuałom.....	291
Rozdział 13.	Gdy samopomoc nie wystarcza.....	307
Rozdział 14.	Wzrastanie w żałobie i poprzez nią	321
Podziękowania		337
O autorze		341
Indeks osób		343
Indeks rzeczowy		346