

ROZDZIAŁ I

Podstawowe pytania07

- 1.Czym jest samobójstwo? Tytus Koweszko 07
- 2.Kto popełnia samobójstwo? Tytus Koweszko 12
- 3.Czy skłonności samobójcze są dziedziczne? Tytus Koweszko 14
- 4 Dlaczego ktoś sam chce pozbawić się życia? Tytus Koweszko 15

5. Co ułatwia ostateczny decyzję? Rola alkoholu i substancji psychoaktywnych

Jocek Gierus –.....

--- - 19

ROZDZIAŁ II

Rodzina i bliscy..29

- 1 .Jak rozpoznać zagrożenie samobójcze? Magdalena Więdłocha 29
2. Jak rozmawiać o samobójstwie, żeby nie zaszkodzić? Magdalena Więdłocha37

ROZDZIAŁ III

Pomoc specjalistyczna 40

- 1.Czym jest psychoterapia i jak może pomóc? Jacek Gierus 40
- 2.W czym może pomóc lekarz psychiatra? Michał Piotrkowicz 47

ROZDZIAŁ IV

Świat widziany oczami człowieka w kryzysie 52
Tytus Koweszko, Magdalena Myszkowska

ROZDZIAŁ V

Rozmowy o samobójstwie: Mity I fakty 69
Tytus Koweszko, Jacek Gierus

ROZDZIAŁ VI

Żałoba po samobójstwie ”

- 1.Mój bliski popełnił samobójstwo. Co dalej? Magdalena Więdłocha.....93
- 2.Praca z pozostawionymi - postinterwencja. Magdalena Więdłocha.....98

Rozdział VII

Gdzie uzyskam pomoc?

Słowniczek terminów

Bibliografia 109

O autorach 110