

Od autorek / 7

Wprowadzenie / 9

I Tworzenie więzi / 17

- 1 Narodziny więzi / 19
- 2 Najlepszy przyjaciel / 53
- 3 Sprawy rodzinne / 77
- 4 Stworzenia społeczne / 93

II Poprawa naszego zdrowia / 109

- 5 Wychodzenie z domu / 111
- 6 Zawsze silny / 127
- 7 Służyć i chronić / 143
- 8 Wspieranie zdrowia psychicznego / 157

III

Wsparcie emocjonalne / 175

- 9 One wszystkie wspierają nas emocjonalnie / 177
- 10 Arcywspaniali nauczyciele / 191
- 11 Siły kotwiczące / 207

IV Doceniać dobrze przeżyte wspólne życie / 221

- 12 Wspólne dojrzewanie / 223
- 13 Zerwana więź / 245

Podsumowanie / 261

Podziękowania / 265

- Dodatek 1. Odpowiedni pies dla ciebie / 268
- Dodatek 2. Ankieta dotycząca jakości życia psa / 269
- Dodatek 3. Psiasteczka / 272

Przypisy / 274