

Turinys

AUTORIŲ PASTABA.....	9
PRATARMĖ. „Mano darbas jau baigtas“.....	11
ĮVADAS. Išankstinis gedėjimas.....	17
1 skyrius. PENKI GEDĖJIMO ETAPAI.....	23
Neigimas.....	24
Pyktis.....	27
Derybos.....	33
Depresija.....	36
Priėmimas.....	40
2 skyrius. VIDINIS GEDĖJIMO PASAULIS.....	45
Jūsų netektis.....	45
Palengvėjimas.....	47
Emocinis poilsis.....	49
Apgailestavimai.....	53
Ašaros.....	57
Angelai.....	63
Sapnai.....	68
Pasirodymai.....	71
Vaidmenys.....	74
Istorija.....	78
Kaltė.....	83
Apmaudas.....	87
Kitos netektys.....	90
Įsivaizdavimai apie gyvenimą.....	94
Atsiskyrimas.....	97
Paslaptys.....	101
Bausmė.....	105

Kontroliavimas.....	110
Svajonės.....	114
Stiprybė.....	117
Pomirtinis gyvenimas.....	122
3 skyrius. GEDĖJIMAS IR MUS SUPANTIS PASAULIS.....	131
Minėtinos dienos.....	131
Jūsų kūnas ir sveikata.....	136
Tiek daug reikia padaryti.....	139
Velionio drabužiai ir kiti asmeniniai daiktai.....	143
Šventės.....	146
Laiškų rašymas.....	152
Finansai.....	156
Amžius.....	161
Užbaigimas.....	164
4 skyrius. YPATINGOS APLINKYBĖS.....	169
Vaikai.....	169
Daugybinė netektis.....	181
Nelaimės.....	185
Savižudybė.....	191
Alzheimerio liga.....	201
Staigi mirtis.....	205
5 skyrius. KINTANTYS GEDĖJIMO ASPEKTAI.....	213
6 skyrius. MANO GEDĖJIMAS. Elisabetha Kubler-Ross.....	219
7 skyrius. KAIP AŠ GEDĖJAU. Davidas Kessleris.....	227
PABAIGOS ŽODIS. Gedėjimo dovana.....	237
PADĖKA.....	243
APIE AUTORIUS.....	246