

SPIIS TREŚCI

STULECIA BÓLU I POGARDY

O tabu wokół samobójstwa.11

ZROZUMIEĆ SAMOBÓJSTWO

O przyczynach zachowań samobójczych34

SMUTNE STATYSTYKI

O skali zjawiska51

OSTATNIE SŁOWA

O listach samobójców59

FAŁSZYWE PRZEKONANIA

O stereotypach wokół samobójstwa76

MAŁE KOŃCE ŚWIATA

O samobójstwach dzieci i młodzieży89

ZAPŁĄTANI W SIEĆ

O samobójstwach w dobie internetu.....123

WKRACZAJĄC W DOROSŁOŚĆ

O samobójstwach studentów134

MĘSKA SPRAWA

O samobójstwach mężczyzn152

POMÓC TRZEBA NIE TYLKO ZWIERZĘTOM

O samobójstwach lekarzy weterynarii163

BÓL, BIEDA I SAMOTNOŚĆ

O samobójstwach seniorów172

WOJNA I WIRUS

O samobójstwach w trakcie pandemii i wojny w Ukrainie185

PIERWSZA POMOC EMOCJONALNA

O tym, jak pomagać.....194

PRZYWRÓCIĆ ŻYCIU SENS

O próbach samobójczych227

KIEDY ZOSTAJE PUSTKA I NIEKOŃCZĄCE SIĘ PYTANIA

O żałobie po samobójstwie.....236

POKAZAĆ ŚWIATU

O samobójstwie w przestrzeni medialnej.....255

DAWNE UPRZEDZENIA, NOWE MOŻLIWOŚCI

O roli duchownych w zapobieganiu samobójstwom.....276

MIŁA PANI OD SAMOBÓJSTW.....283

SŁOWNIK297

PODZIĘKOWANIA.....303