

Premessa

Ringraziamenti

1. Comprendere e aiutare i survivors, coloro che hanno perso una persona cara per suicidio

2. Comprendere la mente suicida

3. L'esperienza dei survivors

I survivors, una popolazione vasta e ancora poco conosciuta/Esposizione e/o sopravvivenza al suicidio/Il problema dello stigma

4. Breve excursus storico

5. L'esperienza di perdere una persona cara per suicidio

Reazioni e sentimenti dei survivors

6. Che cosa fare con chi ha perso una persona cara per suicidio

Affrontare la disperazione e la perdita/Il ruolo della postvention/L'impatto della perdita per suicidio di una persona cara sul benessere di chi resta/L'impatto sui bambini

7. Impatto del suicidio su chi resta nei luoghi di studio e di lavoro

Postvention in ambito scolastico

8. Approccio terapeutico ai survivors

Terapie individuali/Supporto online/Memoriali online/Social network/Terapie di gruppo/Leadership di professionisti/Leadership ibrida: uno specialista e un pari/Peer counseling, gruppi di auto-aiuto e peer leadership/Il sostegno alle famiglie/Il ruolo dei medici di base/Cure successive

9. Mass media e notizie sul suicidio

Raccomandazioni per i mass media

10. Postvention e mass media

11. Cluster di suicidio

Definizione di cluster di suicidio/Meccanismi psicologici coinvolti nei cluster di suicidio/La prevenzione dei cluster di suicidio e gli interventi di postvention

12. Le parole dei survivors

Storia di Fabiola/«Giulia si è suicidata, ma io continuo a vivere»: una storia di sopravvivenza/Agli uomini della mia vita: Carlo, papà, mio figlio Valerio/Sopravvissuta

Epilogo

Bibliografia