

Indice

11	INTRODUZIONE
15	PARTE I – L'IMPATTO
21	Il risveglio e il secondo intervento
39	L'altra terapia intensiva
47	Quando tutto cambia
49	Il corpo – quando il corpo reagisce al trauma
51	La memoria – ricordi spezzati e confusione
57	L'identità – il divario tra chi ero e chi sono diventata
59	Le emozioni – imparare a sentire di nuovo
63	Il controllo – la ricerca di sicurezza
65	Gli altri – tra sostegno e dipendenza
69	PARTE II – DENTRO LA FERITA
69	Dov'era finita la ragazza che ero
77	La casa era la stessa, io no
93	PARTE III – LA TRASFORMAZIONE
95	Il foglio bianco
97	Quando la cura diventa controllo

103	Riprendere il volante
105	Tornare dall'altra parte
111	Andare in terapia
115	Il corpo ricorda
119	La colpa del sopravvissuto
125	PARTE IV – RINASCITA
125	Chi resta quando cambi
129	Amare dopo il trauma
143	Vivere con una pelle nuova
145	Resilienza
153	Oltre la ferita. Non è la fine della storia
155	Dentro il cervello - Le neuroscienze del trauma e della guarigione
155	Il cervello dopo il trauma.
157	Il cervello è una rete.
161	Il cervello che ricorda
165	Il cervello sociale
169	La neuroplasticità: come il cervello costruisce una pelle nuova
173	APPENDICE 1
173	Prendersi cura di un cervello che sta guarendo Strategie neuroospicologiche per favorire il recupero cerebrale

181	APPENDICE 2
181	Come stare accanto a chi ha vissuto un trauma cerebrale – Una guida per familiari, amici e caregiver
187	Bibliografia essenziale
189	Ringraziamenti