

Spis treści

Przedmowa	IX
Podziękowania	XV

CZĘŚĆ I. POCZUCIE BEZPIECZEŃSTWA, LĘK I DYSTRES

1. Prototypy ludzkiego smutku	3
Reakcje małych dzieci na separację od matki	3
Okoliczności sprzyjające intensywnym reakcjom	6
Okoliczności łagodzące intensywność reakcji	15
Obecność lub nieobecność figury matki jako kluczowa zmienna	21
2. Miejsce separacji i straty w psychopatologii	25
Problem i perspektywa	25
Lęk separacyjny a inne rodzaje lęku	30
Wyzwanie dla teorii	30
3. Zachowanie z matką i bez matki: ludzie	33
Obserwacje naturalistyczne	33
Badania eksperymentalne	39
Ontogeneza reakcji na separację	52
4. Zachowanie z matką i bez matki: zwierzęta naczelne	57
Obserwacje naturalistyczne	57
Wczesne badania eksperymentalne	60
Dalsze badania przeprowadzone przez Hinde i Spencer-Booth	68

CZĘŚĆ II. LUDZKI STRACH W UJĘCIU ETOLOGICZNYM

5. Podstawowe postulaty teorii lęku i strachu	77
Lęk powiązany ze strachem	77
Modele motywacji oraz ich wpływ na teorię	79
Zagadkowa fobia czy naturalny strach	83
6. Formy zachowania znamionujące strach	87
Ujęcie empiryczne	87
Zachowanie polegające na wycofaniu a zachowanie przywiązaniowe	90
Odczucie bania się i jego warianty: odczucie zaniepokojenia i odczucie lęku	92
7. Sytuacje wzbudzające strach u ludzi	97
Trudny obszar badawczy	97
Sytuacje wzbudzające strach: pierwszy rok życia	100
Sytuacje wzbudzające strach: drugi rok życia i późniejsze lata	106
Sytuacje złożone	118
Zachowanie wywołane strachem a rozwój przywiązania	120
8. Sytuacje wzbudzające strach u zwierząt	125
Naturalne sygnały potencjalnego zagrożenia	125
Zachowanie wywołane strachem u zwierząt naczelnych	129
Sytuacje złożone	135
Strach, atak i eksploracja	137
9. Naturalne sygnały niebezpieczeństwa i bezpieczeństwa	139
Przezorny zawsze ubezpieczony	139
Potencjalne niebezpieczeństwo wynikające z pozostania samemu	144
Potencjalne bezpieczeństwo płynące z towarzystwa osób znanych i znanego otoczenia	147
Utrzymywanie stabilnego związku ze znajomym otoczeniem jako forma homeostazy	150
10. Sygnały naturalne, sygnały kulturowe i ocena zagrożenia	153
Trzy rodzaje sygnałów	153
Realne zagrożenie: trudności w ocenie	155
Zagrożenia „wymagowane”	158
Sygnały kulturowe przyswojone od innych	161
Nieprzerwana rola sygnałów naturalnych	163
Zachowanie w obliczu katastrofy	168
11. Racjonalizacja, błędna atrybucja i projekcja	171
Trudności w identyfikacji sytuacji wzbudzających strach	171
Błędna atrybucja i rola projekcji	174
Przypadek Schrebera: ponowna analiza	176

12. Strach przed separacją	181
Hipotezy dotyczące rozwoju tego zjawiska	181
Potrzeba dwójakiej terminologii	185

CZĘŚĆ III. RÓŻNICE INDYWIDUALNE W PODATNOŚCI NA STRACH: PRZYWIĄZANIE LĘKOWE

13. Niektóre zmienne odpowiedzialne za różnice indywidualne	189
Zmienne konstytucjonalne	189
Doświadczenia i procesy zmniejszające podatność na strach	194
Doświadczenia i procesy zwiększające podatność na strach	198
14. Podatność na strach a dostępność figur przywiązania	203
Prognozowanie dostępności figury przywiązania	203
Modele operacyjne figur przywiązania i własnego „ja”	205
Rola doświadczenia w determinowaniu modeli operacyjnych	209
Uwaga dotycząca stosowania terminów „dojrzały” i „niedojrzały”	211
15. Przywiązanie lękowe i niektóre warunki sprzyjające jego rozwojowi	213
„Nadmierna zależność” czy przywiązanie lękowe	213
Przywiązanie lękowe dzieci wychowywanych bez stałej figury matki	217
Przywiązanie lękowe po okresie separacji lub codziennej opieki zastępczej	221
Przywiązanie lękowe w następstwie gróźb porzucenia lub samobójstwa	230
16. „Nadmierna zależność” i teoria rozpieszczania	241
Kilka przeciwstawnych teorii	241
Badania nad „nadmierną zależnością” i jej podłożem	244
17. Złość, lęk i przywiązanie	249
Złość: reakcja na separację	249
Złość: funkcjonalna i dysfunkcyjna	250
Złość, ambiwalencja i lęk	257
18. Przywiązanie lękowe a dziecięce „fobie”	261
Fobia, pseudofobia i stan lękowy	261
„Fobia szkolna” lub odmowa chodzenia do szkoły	264
Dwa klasyczne przypadki fobii dziecięcej: ponowna ocena	285
Zoofobie u dzieci	290
19. Przywiązanie lękowe a „agorafobia”	293
Symptomatologia i teorie „agorafobii”	293
Patogenne wzorce interakcji rodzinnych	300
„Agorafobia”, bolesna strata i depresja	309
Uwaga na temat reakcji na leczenie	310

20. Pomijanie, zatajanie i fałszowanie kontekstu rodzinnego	313
21. Bezpieczne przywiązanie a rozwój zdolności do polegania na sobie.	323
Rozwój osobowości a doświadczenia rodzinne	323
Badania dotyczące nastolatków i młodych dorosłych	329
Badania z udziałem małych dzieci	350
Poleganie na sobie a poleganie na innych	359
22. Ścieżki rozwoju osobowości	363
Natura indywidualnej zmienności: modele alternatywne.	363
Ścieżki rozwojowe a homeoreza	366
Ścieżka indywidualna człowieka: niektóre uwarunkowania	369

DODATKI

I. Lęk separacyjny: przegląd literatury	373
II. Psychoanaliza a teoria ewolucji	397
III. Problemy terminologiczne	403
Bibliografia	409
Indeks rzeczowy	429
O Autorze	441