

Spis rzeczy

Przedmowa	3
Przedmowa do wydania II	8
I. Ku definicji psychoterapii	9
Człowiek jako uczestnik procesu psychoterapeutycznego	9
Rozwój psychiczny dziecka w procesie interakcji	12
Struktura przestrzenna bytowania ludzkiego	22
Interakcje międzyosobowe	24
Czy psychoterapia leczy?	26
Próba zdefiniowania psychoterapii	30
II. Zaburzenia zdrowia nazywane nerwicami	31
O zdrowiu i chorobie człowieka	31
Nerwica jako zmieniona struktura osobowości	33
Nerwica lękowa i napady lęku	35
Depresja	41
Patologiczne poczucie winy, a skrucha	44
Nerwica histeryczna	47
Psychonerwica a nerwica rzekoma i nerwica aktualna	49
III. Zakres wskazań do psychoterapii	51
Psychoterapia usuwa zaburzenia czynnościowe	51
Moment wystąpienia i czas trwania zaburzenia	53
Znaczenie współpracy pacjenta z terapeutą	54
IV Kierunki i metody psychoterapii	59
Terapia psychoanalityczna	59
Terapia hipnotyczna	61
Terapia relaksacyjna	62
Biofeedback	62
Terapia behawioralna	63
Psychoterapia „gestalt”	63
Bioenergetyka	64
Psychoterapia humanistyczna	65
V. Przebieg terapii indywidualnej	67
Organizowanie indywidualnego spotkania terapeutycznego	67
Terapeuta ma czas dla pacjenta	68
Terapeuta zachowuje spokój	69
Terapeuta jest tolerancyjny i akceptujący	69
Terapeuta nie walczy z pacjentem	71
Dyskrecja terapeuty	72
Wpływ terapeuty na zachowanie się pacjenta	73
Lęk patologiczny i jego znaczenie w psychoterapii	75

Metoda swobodnych skojarzeń	78
Doznanie i doświadczenie, a werbalizacja	80
Procesy generalizacji i różnicowania	83
Terapeuta jako osoba w interakcji z pacjentem	85
VI. Sytuacja przeniesienia i jej humanistyczne rozwiązanie	88
VII. Psychoterapia grupowa	97
Dynamika grupowa jako podstawa psychoterapii	97
Pracownik społeczny w konfrontacji z obcą społecznością	102
Psychoterapia grupowa: założenia wstępne	104
Organizowanie psychoterapii grupowej	106
Rozpoczynanie pracy z grupą zamkniętą	108
Reguły pracy grupy	110
Fazy rozwoju grupy zamkniętej	111
„Spiralny” rozwój dynamiki grupy terapeutycznej	112
Podstawowa formuła socjodynamiczna R. Schindlera	114
Psychodrama	115
Praca nad marzeniem sennym	116
Zasada „tu i teraz”	117
Rola i zadania terapeuty grupowego	119
Czynniki wspomagające rozwój i leczące w sytuacji grupowej	120
VIII. Terapia rodzin	124
Wprowadzenie	124
Kształtowanie osobowości dziecka przez rodzinę	126
Hipoteza „ukrytych lojalności”	128
Komunikacja zaburzona w rodzinie	131
Rodziny z chorym potomstwem	132
Rodzinne uwarunkowania patologii społecznej	133
Podstawy terapii rodzin	137
Model terapii strukturalistycznej	138
Model przepracowania konfliktów międzypokoleniowych	141
Kształcenie terapeutów rodzin	142
Formy terapii rodzin	143
IX. Koncepcje i metody psychoterapeutyczne w zastosowaniu do wychowania małego dziecka	144
Wpływ psychoanalizy freudowskiej	144
Wkład psychologii indywidualnej	145
Szkola C.G. Junga a wychowanie	147
Wczesny okres pedagogiki psychoanalitycznej	147
Melania Klein i Anna Freud	148
Psychoanalitycy amerykańscy a wychowanie	150
Wpływ dynamiki grupowej	151
Organizacja przedszkoli z zastosowaniem metod psychoterapeutycznych	153
X. Trening autogeny	157

1. Uwagi wprowadzające	157
2. Zakres zastosowania metody J.H. Schultza	159
3. Warunki, w jakich należy wykonywać ćwiczenia	161
4. Ćwiczenie ciężkości	163
5. Ćwiczenie ciepła	167
6. Regulacja serca	170
7. Ustalanie oddechu	171
8. Regulacja narządów jamy brzusznej	172
9. Ustalanie okolicy głowy	173
10. Ćwiczenia scalające	173
11. Trening autogenny a zasada niestosowania przemocy	174
12. Wykorzystanie treningu autogennego w życiu codziennym	175