

SPIS TREŚCI

Wprowadzenie (napisała Lidia Grzesiuk)	11
--	----

Część I

NURTY TEORETYCZNE I BADANIA NAD PSYCHOTERAPIĄ

Rozdział I. Nurtu teoretyczne w psychoterapii	13
---	----

1. Zasady porządkowania głównych nurtów w psychoterapii (napisały Lidia Grzesiuk i Urszula Jakubowska)	13
2. Psychoanaliza (ortodoksyjna i teorie relacji z obiektem). Neopsychoanaliza (napisał Zbigniew Sokolik)	17
2.1. Psychoanaliza — definicje	19
2.2. Historyczny rozwój psychoanalizy	22
2.3. Czynniki lecznicze w psychoanalizie	24
2.4. Podział szkół psychoanalitycznych	26
2.5. Psychoterapie pochodzące od psychoanalizy	28
2.6. Neopsychoanaliza	30
3. Podejście behawioralno-poznawcze (napisała Urszula Jakubowska)	32
3.1. Podejście behawioralne	33
3.2. Podejście poznawcze	40
3.2.1. Terapia racjonalno-emotywna Ellisa	41
3.2.2. Terapia poznawcza Becka	44
3.2.3. Metoda autoinstrukcji Meichenbauma	48
3.2.4. Koncepcja Clarka	49
4. Podejście humanistyczno-egzystencjalne (napisała Urszula Jakubowska)	49
4.1. Psychoterapia skoncentrowana na kliencie (<i>client-centered therapy</i>)	50
4.2. Psychoterapia <i>Gestalt</i>	53
4.3. Logoterapia Frankla	57
4.4. Psychoterapia Lainga	58
5. Podejście systemowe (napisały Lidia Grzesiuk i Urszula Jakubowska)	60
5.1. Szkoła komunikacyjna	62
5.2. Terapia strukturalna Minuchina	66
6. Inne szkoły psychoterapeutyczne (napisały Lidia Grzesiuk i Urszula Jakubowska)	68

6.1. Analiza transakcyjna	68
6.2. Terapia Milтона Ericksona	71
6.3. Neurolingwistyczne programowanie	73
6.4. Terapia Janova	75
6.5. Terapia bioenergetyczna Lowena	78
6.6. Podejście eklektyczne	79
7. Uwagi końcowe (napisały Lidia Grzesiuk i Urszula Jakubowska)	81
Rozdział II. Badania nad psychoterapią (napisała Urszula Jakubowska)	86
1. Założenia i cele badawcze	86
2. Strategie badań nad psychoterapią	89
2.1. Studium przypadku	89
2.2. Model naturalistyczno-korelacyjny	92
2.3. Model eksperymentalno-naturalistyczny	95
2.4. Model eksperymentalno-laboratoryjny	98
3. Uwagi końcowe	101

Część II

EKLEKTYCZNE UJĘCIE PSYCHOTERAPII

Rozdział III. Ogólna charakterystyka przygotowania i przebiegu procesu psychoterapii (napisała Ewa Trzebińska)	109
1. Nawiązanie kontaktu z pacjentem	109
1.1. Emocjonalny aspekt kontaktu	110
1.2. Poznawczy aspekt kontaktu	111
1.3. Społeczny aspekt kontaktu	113
2. Wstępna diagnoza	115
2.1. Diagnoza źródła zaburzeń	116
2.2. Diagnoza rodzaju zaburzeń	117
2.3. Diagnoza motywacji pacjenta do zgłoszenia się na psychoterapię	120
3. Zawarcie kontraktu psychoterapeutycznego	123
3.1. Treść kontraktu	123
3.1.1. Ustalenie celu psychoterapii	123
3.1.2. Ustalenie form pracy psychoterapeutycznej	125
3.2. Forma kontraktu	127
3.3. Strony kontraktu	127
3.4. Znaczenie kontraktu	129
4. Organizacja procesu psychoterapii	130
4.1. Przygotowanie pacjenta do procesu zmian	130
4.2. Praca nad problemami pacjenta	131
4.3. Zakończenie psychoterapii	134
Rozdział IV. Zjawiska w psychoterapii (napisała Lidia Grzesiuk)	137
1. Wzajemne ustosunkowania w relacji pacjent-psychoterapeuta	138
1.1. Ustosunkowania pacjenta do psychoterapeuty	138
1.1.1. Przeniesienie	138
1.1.2. Współpraca psychoterapeutyczna	152
1.2. Ustosunkowania psychoterapeuty do pacjenta	153
1.2.1. Przeciwprzeniesienie	153
1.2.2. Kontakt psychoterapeuty z pacjentem	156
2. Opór pacjenta przeciw zmianie	161

2.1. Ujęcie psychoanalityczne	161
2.1.1. Opór u neurotyków i pacjentów z głębszymi zaburzeniami niż neurotyczne	161
2.1.2. Przeciwpór	165
2.2. Inne szkoły psychoterapii	166
3. Rozładowywanie napięć emocjonalnych, ekspresja „ja”	170
3.1. Terapia <i>Gestalt</i>	171
3.2. Podejście Reicha i bioenergetyka Lowena	172
3.3. Inne poglądy	175
4. Uświadamianie i wgląd, modyfikacja schematów poznawczych	178
4.1. Uświadamianie i wgląd	178
4.2. Modyfikacja schematów poznawczych	181
4.2.1. Poglądy Becka	181
4.2.2. Stanowiska innych szkół	183
5. Społeczne uczenie się, uczenie się umiejętności	186
5.1. Terapia behawioralna	187
5.1.1. Warunkowanie klasyczne	187
5.1.2. Warunkowanie sprawcze	189
5.1.3. Modelowanie	190
5.2. Inne szkoły psychoterapeutyczne	191
Rozdział V. Techniki w psychoterapii (napisała Lidia Grzesiuk)	194
1. Psychoanaliza	194
2. Terapia behawioralno-poznawcza	198
2.1. Techniki terapii behawioralnej	199
2.1.1. Techniki oparte na warunkowaniu klasycznym	199
2.1.2. Techniki oparte na warunkowaniu sprawczym	200
2.1.3. Techniki oparte na teorii społecznego uczenia się	201
2.2. Techniki terapii poznawczej	202
3. Podejście humanistyczno-egzystencjalne	203
3.1. Terapia skoncentrowana na osobie	203
3.2. Terapia <i>Gestalt</i>	205
4. Inne szkoły psychoterapeutyczne	206
4.1. Bioenergetyka	206
4.2. Neurolingwistyczne programowanie	208
Rozdział VI. Psychoterapia grupowa (napisała Barbara Tryjarska)	211
1. Specyfika psychoterapii grupowej	211
2. Organizacja psychoterapii grupowej	213
2.1. Formy organizowania grup psychoterapeutycznych	213
2.2. Warunki organizacyjne funkcjonowania grup	215
2.3. Kryteria doboru uczestników do grupy terapeutycznej	215
2.4. Przygotowanie pacjentów do udziału w psychoterapii grupowej	219
2.5. Kontrakt grupowy	221
3. Czynniki leczące w psychoterapii grupowej	223
3.1. Wzbudzanie nadziei	223
3.2. Poczucie podobieństwa	223
3.3. Dostarczanie wiedzy, informacji	224
3.4. Altruizm	225
3.5. Korektywne odtwarzanie rodziny pierwotnej	225
3.6. Uczenie społecznych umiejętności	225
3.7. Naśladowanie	226
3.8. Interpersonalne uczenie	226
3.9. Spójność grupy	227

3.10. Odreagowanie (<i>katharsis</i>)	228
3.11. Czynniki egzystencjalny	229
4. Procesy i zjawiska w zamkniętej grupie psychoterapeutycznej	229
4.1. Koncepcja konfliktu ogniskowego	230
4.2. Fazy rozwoju grupy psychoterapeutycznej	233
4.2.1. Faza orientacji	233
4.2.2. Faza konfrontacji i eksploracji różnic	237
4.2.3. Faza pogłębionej eksploracji problemów na poziomie indywidualnym i grupowym	239
4.2.4. Faza kończenia psychoterapii	240
5. Zadania i rola psychoterapeuty grupowego	241
Rozdział VII. Terapia rodzinna (napisała Barbara Tryjarska)	245
1. Inspiracje i założenia teoretyczne terapii rodzin	245
2. Psychoanalityczna terapia rodzin	251
2.1. Założenia teoretyczne	252
2.2. Tezy wyjaśniające zaburzenia	255
2.3. Cele terapii psychoanalitycznej	256
2.4. Strategie i techniki terapii	257
3. Terapia rodzinna bazująca na doświadczaniu	260
3.1. Założenia teoretyczne	260
3.2. Tezy wyjaśniające zaburzenia	262
3.3. Cele terapii	264
3.4. Techniki terapeutyczne	264
4. Terapia behawioralna	266
4.1. Założenia teoretyczne	267
4.2. Tezy wyjaśniające zaburzenia	268
4.3. Cele terapii	269
4.4. Strategie i techniki terapeutyczne	270
5. Komunikacyjna terapia rodzin	274
5.1. Założenia teoretyczne	274
5.2. Tezy wyjaśniające zaburzenia	276
5.3. Cele terapii	278
5.4. Strategie i techniki terapeutyczne	278
6. Strukturalna terapia rodzin	280
6.1. Założenia teoretyczne	280
6.2. Tezy wyjaśniające zaburzenia	282
6.3. Cele terapii	283
6.4. Strategie i techniki terapeutyczne	283
7. Strategiczna terapia rodzinna	285
7.1. Założenia teoretyczne	286
7.2. Tezy wyjaśniające zaburzenia	287
7.3. Cele terapii	288
7.4. Strategie i techniki terapeutyczne	288

Część III

SPECYFICZNE PROBLEMY PSYCHOTERAPII

Rozdział VIII. Psychoterapia schizofrenii oraz zaburzeń z pogranicza nerwicy i psychozy	295
1. Schizofrenia oraz zaburzenia z pogranicza nerwicy i psychozy (napisał Zbigniew Sokolik)	295

1.1. Schizofrenia	295
1.2. Zaburzenia z pogranicza nerwicy i psychozy	296
1.3. Diagnostyka różnicowa	298
1.3.1. Specyficzne związki z obiektem	298
1.3.2. Specyficzne działania obronne	299
1.3.3. Typowe objawy słabości <i>ego</i>	300
1.4. Podgrupy pacjentów z zaburzeniami z pogranicza nerwicy i psychozy	301
1.5. Etiologia zaburzeń z pogranicza nerwicy i psychozy	304
2. Psychoterapia schizofrenii oraz zaburzeń z pogranicza nerwicy i psychozy	307
2.1. Wprowadzenie (napisała Lidia Grzesiuk)	307
2.2. Stosowanie psychoanalizy u pacjentów głębiej zaburzonych (napisał Zbigniew Sokolik)	308
2.3. Psychoanaliza z parametrami (napisał Zbigniew Sokolik)	315
2.4. Psychoterapia zorientowana psychoanalitycznie (napisał Zbigniew Sokolik)	317
2.5. Podejście behawioralno-poznawcze (napisała Lidia Grzesiuk)	319
2.5.1. Podejście behawioralne	319
2.5.2. Trening umiejętności społecznych	320
2.6. Psychoterapia humanistyczno-egzystencjalna (napisała Lidia Grzesiuk)	323
2.6.1. Powstawanie schizofrenii	325
2.6.2. Psychoterapia schizofrenii	334
Rozdział IX. Psychoterapia depresji	339
1. Wprowadzenie do problematyki depresji (napisała Mirosława Huflejt-Lukasik)	339
2. Poznawczo-behawioralne psychoterapie depresji (napisała Mirosława Huflejt-Lukasik)	341
2.1. Podejście Becka	341
2.1.1. Teoria negatywnego obrazu własnej osoby i poznawczych zniekształceń	341
2.1.2. Psychoterapia indywidualna	342
2.1.3. Psychoterapia grupowa	352
2.2. Podejście Lewinsohna	357
2.2.1. Teoria: społeczno-środowiskowy model depresji	357
2.2.2. Psychoterapia indywidualna — „zmiana wzmacniających zdarzeń”	358
2.2.3. Psychoterapia grupowa — „radzenie sobie z depresją” („ <i>Coping with Depression</i> ” — CWD)	365
2.3. Podejście Rehma	370
2.3.1. Teoria: model samokontroli	370
2.3.2. Grupowa psychoterapia samokontroli w depresji	372
2.4. Trening umiejętności społecznych — program leczenia dla osób depresyjnych	384
2.4.1. Wprowadzenie teoretyczne	384
2.4.2. Psychoterapia	386
2.5. Efektywność terapii poznawczo-behawioralnych	399
3. Podejście interpersonalne (napisała Mirosława Huflejt-Lukasik)	400
3.1. Wprowadzenie teoretyczne	400
3.2. Psychoterapia	401
3.2.1. Organizacja psychoterapii i jej przeznaczenie	401
3.2.2. Podstawowe zjawiska w psychoterapii i strategię terapeutyczne	402
3.2.3. Efektywność psychoterapii interpersonalnej	405
4. Podejście psychodynamiczne (napisała Mirosława Huflejt-Lukasik)	405
4.1. Wprowadzenie teoretyczne	405
4.2. Psychoterapia psychodynamiczna	409
4.2.1. Organizacja procesu psychotherapeutycznego	409
4.2.2. Podstawowe zjawiska, strategię i techniki	410
4.3. Podejście Arietiego	414
4.3.1. Wprowadzenie teoretyczne	414

4.3.2. Psychoterapia	416
5. Podejście bioenergetyczne Lowena (napisała Lidia Grzesiuk)	420
5.1. Dlaczego stajemy się depresyjni?	420
5.1.1. Depresja i nierzeczywistość	421
5.1.2. Ściganie iluzji	422
5.1.3. Ukierunkowanie na zewnątrz	423
5.2. Ugruntowanie w rzeczywistości	424
5.3. Dynamika energii w depresji	427
5.4. Psychoterapia	429

Część IV

SZKOLENIE W PSYCHOTERAPII

(napisała Maria Lis-Turlejska)

Rozdział X. Szkolenie w psychoterapii — ogólne zagadnienia	435
1. Dobór kandydatów do szkolenia — cechy terapeuty	436
2. Elementy szkolenia w psychoterapii	438
2.1. Superwizja	438
2.2. Własna terapia szkolącego się	441
2.3. Szkolenie dydaktyczne	442
3. Zmiany szkolenia w psychoterapii	444
Rozdział XI. Szkolenie w psychoterapii z punktu widzenia głównych nurtów teoretycznych	448
1. Wprowadzenie	448
2. Szkolenie w psychoterapii z punktu widzenia podejścia psychodynamicznego	450
2.1. Szkolenie w psychoanalizie	450
2.2. Problemy selekcji kandydatów do szkolenia z psychoanalitycznego punktu widzenia	452
2.3. Szkolenie w psychoanalizie a szkolenie w psychoterapii psychodynamicznej	453
3. Szkolenie w psychoterapii z punktu widzenia podejścia behawioralnego	455
3.1. Dobór osób do szkolenia. Przykład programu treningowego w psychoterapii behawioralnej	455
3.2. Znaczenie własnej terapii w szkoleniu z perspektywy podejścia behawioralnego	457
3.3. Badania nad szkoleniem w terapii behawioralnej	459
4. Szkolenie w psychoterapii z punktu widzenia modelu terapii opartych na doświadczeniu (<i>experiential</i>)	462
4.1. Wprowadzenie	462
4.2. Badania dotyczące szkolenia w psychoterapii opartej na doświadczeniu	463
Załącznik	466
Bibliografia	470
Indeks osób (opracowała Anna Strzałkowska)	492
Indeks rzeczowy (opracowała Anna Strzałkowska)	498