Spis treści

Słowo od redakcji naukowej polskiego wydania 15

Noty o autorach i redaktorach 19

Wstęp 33

Podziękowania 39

Część 1 Poradnictwo i psychoterapia – konteksty 41

Rozdział 1 Czym są poradnictwo i psychoterapia? 43
1.1. Definicje i cele 43
1.2. Rozwój psychoterapii i poradnictwa 44
1.3. Zawody pokrewne 50
1.4. Wartości w poradnictwie i psychoterapii 51

Rozdział 2 Rodzaje celów 54
2.1. Wsparcie 55
2.2. Psychoedukacja 55
2.3. Przystosowanie i dostarczanie zasobów 55
2.4. Interwencja kryzysowa i zarządzanie kryzysem 56
2.5. Rozwiązywanie problemów i podejmowanie decyzji 56
2.6. Poprawa objawowa 57
2.7. Wgląd i rozumienie 57
2.8. Leczenie 57
2.9. Samodoskonalenie 58
2.10. Zmiana osobowości 58
2.11. Odkrycie sensu i doświadczenia transcendentalne 58
2.12. Zmiana systemowa, organizacyjna i społeczna 59

Rozdział 3 Formy terapii 60
3.1. Poradnictwo partnerskie (wzajemne) 60
3.2. Terapia indywidualna 61
3.3. Poradnictwo i terapia par 61
3.4. Terapia rodzinna 62
3.5. Terapia grupowa 62
3.6. Poradnictwo i terapia z użyciem innych środków 62

Rozdział 4 Konteksty i możliwości zatrudnienia 64
4.1. Organizacje oparte na wolontariacie 65
4.2. Całodobowa opieka stacjonarna 65
4.3. Edukacja 66
4.4. Poradnictwo w miejscu pracy 66
4.5. Podstawowa opieka zdrowotna 67
4.6. Prywatna praktyka 67

Część 2 Perspektywa społeczno-kulturowa 69

Rozdział 5 Wprowadzenie 71
5.1. Rozwój człowieka 72
5.2. Relacja terapeuta – klient 72
5.3. Ogólnie o poradnictwie i psychoterapii 73

Rozdział 6 Gender – płeć kulturowa 74
6.1. Nierówność płci 75
6.2. Płeć kulturowa a poradnictwo psychologiczne i psychoterapia 76
6.3. Podsumowanie 79

Rozdział 7 Niepełnosprawność 81

Rozdział 8 Wiek 88
8.1. Dzieciństwo 88
8.2. Wczesna dorosłość 91
8.3. Późna dorosłość 92
8.4. Podsumowanie 94

Rozdział 9 Klasa społeczna 96
9.1. Historyczne korzenie dyskryminacji klasowej w psychoterapii 97
9.2. Przynależność klasowa terapeuty i klienta 99
9.3. Różnice społeczne i ich konsekwencje 100
9.4. Kto jest odpowiedzialny za różnice klasowe w psychoterapii? 101

Rozdział 10 Orientacja seksualna 103
10.1. Historia homoseksualności 103
10.2. Homofobia jako patologia 106
10.3. Wpływ homofobii i heteroseksizmu na osoby homo- i biseksualne 107
10.4. Dopasowanie klienta i terapeuty 107
10.5. W kierunku dobrej praktyki 109

Rozdział 11 Religia w wielowyznaniowym świecie 112
11.1. Złożoność pola 114
11.2. Celebrowanie różnic poprzez spotykanie się ze sobą 115
11.3. Bezpieczna społeczność 116
11.4. Wnioski dla poradnictwa i psychoterapii 116

Rozdział 12 Rasa, kultura i narodowość 119
12.1. Rasa i rasizm 121
12.2. Kultura 124
12.3. Etniczność 125
12.4. Historia i kontekst 125
12.5. Rasizm i symbolizm 128
12.6. Sposoby myślenia charakterystyczne dla rasizmu 131
12.7. Podsumowanie 132

Część 3 Umiejętności terapeutyczne i praktyka kliniczna 135

Rozdział 13 Wprowadzenie 137

Rozdział 14 Relacja klient – terapeuta 140
14.1. Relacja w ujęciu psychodynamicznym 141
14.2. Relacja w podejściu skoncentrowanym na osobie 143
14.3. Psychometryczne ujęcie przymierza terapeutycznego 145
14.4. Ewaluacje a działania 147
14.5. Koncepcje rozwojowe. Hipoteza pęknięcia – reparacji 148
14.6. Podsumowanie 149

Rozdział 15 Podstawowe umiejętności 154
15.1. Kluczowe umiejętności podstawowe 156
15.2. Makro- i mikroumiejętności 157
15.3. Nawiązanie kontaktu z klientem i *setting* terapeutyczny 158
15.4. Rozwijanie i utrzymywanie relacji terapeutycznej – wspólne kroczenie naprzód 170
15.5. Ewaluacja i rozwijanie własnej pracy 177

Rozdział 16 Specyficzne strategie i techniki 180
16.1. Zachowania 181
16.2. Emocje i uczucia 190
16.3. Wyobraźnia 195
16.4. Poznanie 200
16.5. Czynniki interpersonalne 210

Rozdział 17 Diagnoza psychologiczna i konceptualizacja przypadku 216
17.1. Diagnoza psychologiczna 216
17.2. Konceptualizacja przypadku 223

Rozdział 18 Strukturyzacja pracy z klientem 228
18.1. Faza przygotowawcza 229
18.2. Faza początkowa 232
18.3. Faza środkowa 237
18.4. Faza końcowa 239

Rozdział 19 Umiejętności pomocnicze 243
19.1. Przyjmowanie skierowania 243
19.2. Bezpieczeństwo 246
19.3. Przygotowanie środowiska fizycznego 249
19.4. Prowadzenie dokumentacji 250
19.5. Notatki z przebiegu sesji 250
19.6. Studium przypadku 254
19.7. Pisemne formy kontaktu z klientami lub w ich sprawie 257
19.8. Monitorowanie własnej pracy i refleksja 260
19.9. Podsumowanie 264

Rozdział 20 Zagadnienia praktyki klinicznej 266
20.1. Długość i częstotliwość oraz czas trwania sesji 266
20.2. Zarządzanie czasem 268
20.3. Zawieranie kontraktu 268
20.4. Negocjowanie honorarium 270
20.5. Ewaluacja procesu i rezultatów 272
20.6. Wyznaczanie celów 274
20.7. Konceptualizacja problemów klienta 275
20.8. Różne podejścia do diagnozy klinicznej 277
20.9. Niechęć, opór, impas 279
20.10. Nagrywanie sesji 280
20.11. Testy i kwestionariusze 282
20.12. Zarządzanie kryzysem 284
20.13. Przekierowanie 285

Część 4 Kwestie zawodowe 291

Rozdział 21 Wprowadzenie 293

Rozdział 22 Rozwój osobisty i zawodowy 295
22.1. Rozwój zawodowy 297
22.2. Przystąpienie do organizacji zawodowej 297
22.3. Akredytacja, rejestracja i rekomendacja 298
22.4. Dalsze szkolenia 299
22.5. Badania 300
22.6. Publikowanie prac 301
22.7. Rozwój osobisty 302
22.8. Szkolenia dotyczące rozwoju osobistego i szkolenia terapeutyczne 303
22.9. Nieustanny rozwój osobisty 304
22.10. Wybór terapeuty 305
22.11. Alternatywy dla terapii 306

Rozdział 23 Superwizja kliniczna 308
23.1. Czym jest superwizja? 308

23.2. Wymogi dotyczące superwizji ... 311
23.3. Rodzaje superwizji ... 311
23.4. Znalezienie odpowiedniego superwizora ... 312
23.5. Zawarcie kontraktu z superwizorem ... 313
23.6. Efektywne wykorzystanie superwizji ... 314
23.7. Prezentacja problemów do omówienia podczas superwizji ... 314
23.8. Praca w ramach superwizji ... 315
23.9. Superwizja wrażliwa kulturowo ... 316
23.10. Kwestie etyczne w superwizji ... 318
23.11. Rozwój i perspektywy ... 319

Rozdział 24 Praktyka prywatna, ubezpieczenia, reklama ... 322
24.1. Ubezpieczenie ... 323
24.2. Reklama ... 325
24.3. Księgowość, rachunki, faktury ... 327

Rozdział 25 Kodeksy i wytyczne dotyczące etyki zawodowej ... 329
25.1. Zrozumienie zasad etycznych ... 331
25.2. Porównanie kodeksów etycznych ... 332
25.3. Rozwiązywanie problemów etycznych ... 335
25.4. Podsumowanie ... 338

Rozdział 26 Doświadczenia klienta ... 339
26.1. Co mówią klienci o swoim doświadczeniu terapii ... 339
26.2. Podsumowanie ... 345

Rozdział 27 Terapia a prawo ... 348
27.1. Relacje między prawem a terapią ... 349
27.2. Prawne aspekty relacji zawodowej z klientem ... 350
27.3. Kontrakt ... 351
27.4. Obowiązek opieki ... 351
27.5. Prawo precedensowe dotyczące terapeutów ... 352
27.6. Odpowiedzialność ... 353
27.7. Obowiązki prawne w sytuacji ryzyka ... 354
27.8. Obchodzenie się z danymi wrażliwymi ... 355
27.9. Dostęp stron trzecich do informacji o kliencie ... 356
27.10. Podsumowanie ... 356

Rozdział 28 Reagowanie na skargi ... 358
28.1. Rodzaje skarg ... 359
28.2. Zainicjowanie procedury skargi ... 360
28.3. Procedura skargi ... 361
28.4. Podstawowe zasady rozpatrywania skargi ... 363
28.5. Napięcia między orzecznictwem a terapią ... 363
28.6. Sankcje ... 365
28.7. Kwestionowanie znaczenia procedury skargi ... 366

Rozdział 29 Znaczenie badań naukowych 369
29.1. Tło 369
29.2. Korzystanie z literatury badawczej 370
29.3. Terapeuta jako badacz 370
29.4. Problemy 371

Rozdział 30 Praktyka oparta na dowodach empirycznych 373
30.1. Definicja i metody 373
30.2. EBP w poradnictwie i psychoterapii 374
30.3. Podsumowanie badań dotyczących poradnictwa i psychoterapii 375
30.4. Krytyka EBP w poradnictwie i psychoterapii 376
30.5. Alternatywne modele EBP w poradnictwie i psychoterapii 378
30.6. Podsumowanie 380

Rozdział 31 System CORE. Dowody oparte na praktyce a ewaluacja jakości 382
31.1. Cele ewaluacji jakości 383
31.2. Metody oceny jakości 384
31.3. Miary oceny jakości 387
31.4. System (zarządzania informacjami) CORE 389
31.5. Pomoc w wykorzystaniu danych z systemu CORE 393
31.6. Wykorzystanie danych z ewaluacji do poprawy jakości świadczonych usług 401

Część 5 Teoria i podejścia 407

Rozdział 32 Wprowadzenie 409

Rozdział 33 Psychologia kontekstualna 411
33.1. Psychologia rozwojowa 411
33.2. Psychologia społeczna 413
33.3. Psychologia i psychoterapia ewolucyjna 414
33.4. Psychologia pozytywna 416

Rozdział 34 Teoria typów psychologicznych 418

Rozdział 35 Modele poradnictwa i psychoterapii 423

Rozdział 36 Integracja 427

Rozdział 37 Podejścia w poradnictwie i psychoterapii: wprowadzenie 430

Podejścia psychodynamiczne 433

Rozdział 38 Terapia adlerowska 435
38.1. Rys historyczny 435
38.2. Podstawowe założenia 436
38.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 437

38.4. Zmiana 438
38.5. Umiejętności i strategie 440
38.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 441

Rozdział 39 Psychologia analityczna 442
39.1. Rys historyczny 442
39.2. Podstawowe założenia 443
39.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 445
39.4. Zmiana 445
39.5. Umiejętności i strategie 446
39.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 446

Rozdział 40 Terapia psychoanalityczna 448
40.1. Rys historyczny 448
40.2. Podstawowe założenia 449
40.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 450
40.4. Zmiana 451
40.5. Umiejętności i strategie 451
40.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 452

Rozdział 41 Terapia psychodynamiczna 454
41.1. Rys historyczny 454
41.2. Podstawowe założenia 455
41.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 456
41.4. Zmiana 458
41.5. Umiejętności i strategie 459
41.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 459

Rozdział 42 Teoria więzi Johna Bowlby'ego 462
42.1. Rys historyczny 462
42.2. Podstawowe założenia 463
42.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 463

Podejścia poznawczo-behawioralne 467

Rozdział 43 Psychoterapia behawioralna 469
43.1. Rys historyczny 469
43.2. Podstawowe założenia 470
43.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 471
43.4. Umiejętności i strategie 472
43.5. Dowody pochodzące z badań naukowych 474

Rozdział 44 Terapia poznawcza 476
44.1. Rys historyczny 476
44.2. Podstawowe założenia 477
44.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 478
44.4. Zmiana 480

44.5. Umiejętności i strategie 481
44.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 483

Rozdział 45 Poradnictwo i psychoterapia konstruktów osobistych 485
45.1. Rys historyczny 485
45.2. Podstawowe założenia 486
45.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 487
45.4. Zmiana 488
45.5. Umiejętności i strategie 489
45.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 490

Rozdział 46 Racjonalno-emotywna terapia behawioralna 492
46.1. Rys historyczny 492
46.2. Podstawowe założenia 493
46.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 494
46.4. Zmiana 495
46.5. Umiejętności i strategie 496
46.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 497

Podejścia humanistyczno-egzystencjalne 499

Rozdział 47 Terapia i poradnictwo egzystencjalne 501
47.1. Rys historyczny 501
47.2. Podstawowe założenia 502
47.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 503
47.4. Zmiana 504
47.5. Umiejętności i strategie 505
47.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 506

Rozdział 48 Terapia Gestalt 508
48.1. Rys historyczny 508
48.2. Podstawowe założenia 510
48.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 511
48.4. Zmiana 512
48.5. Umiejętności i strategie 513
48.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 514

Rozdział 49 Podejścia narracyjne w terapii 516
49.1. Rys historyczny 516
49.2. Podstawowe założenia 517
49.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 518
49.4. Zmiana 518
49.5. Umiejętności i strategie 519
49.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 520

Rozdział 50 Poradnictwo i psychoterapia skoncentrowane na osobie 521
50.1. Rys historyczny 521

50.2. Podstawowe założenia ... 522
50.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi ... 523
50.4. Zmiana ... 524
50.5. Umiejętności i strategie ... 526
50.6. Dowody pochodzące z badań naukowych ... 526

Rozdział 51 Terapia pierwotna/pierwotnej integracji ... 529
51.1. Rys historyczny ... 529
51.2. Podstawowe założenia ... 530
51.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi ... 531
51.4. Zmiana ... 532
51.5. Umiejętności i strategie ... 533
51.6. Dowody pochodzące z badań naukowych ... 534

Rozdział 52 Psychodrama ... 536
52.1. Rys historyczny ... 536
52.2. Podstawowe założenia ... 537
52.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi ... 538
52.4. Zmiana ... 540
52.5. Umiejętności i strategie ... 541
52.6. Dowody pochodzące z badań naukowych ... 543

Rozdział 53 Psychosynteza ... 544
53.1. Rys historyczny ... 544
53.2. Podstawowe założenia ... 545
53.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi ... 546
53.4. Zmiana ... 547
53.5. Umiejętności i strategie ... 548
53.6. Dowody pochodzące z badań naukowych ... 549

Rozdział 54 Analiza transakcyjna ... 550
54.1. Rys historyczny ... 550
54.2. Podstawowe założenia ... 551
54.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi ... 554
54.4. Zmiana ... 555
54.5. Umiejętności i strategie ... 556
54.6. Dowody pochodzące z badań naukowych ... 557

Podejścia eklektyczno-integratywne ... 559

Rozdział 55 Terapia poznawczo-analityczna ... 561
55.1. Rys historyczny ... 561
55.2. Podstawowe założenia ... 562
55.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi ... 563
55.4. Zmiana ... 566
55.5. Umiejętności i strategie ... 567
55.6. Dowody pochodzące z badań naukowych ... 568

Rozdział 56 Terapia multimodalna 570
56.1. Rys historyczny 570
56.2. Podstawowe założenia 571
56.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 572
56.4. Zmiana 573
56.5. Umiejętności i strategie 576
56.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 579

Rozdział 57 Programowanie neurolingwistyczne 581
57.1. Rys historyczny 581
57.2. Podstawowe założenia 582
57.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 584
57.4. Zmiana 584
57.5. Umiejętności i strategie 585
57.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 587

Rozdział 58 Model kompetentnej pomocy 589
58.1. Rys historyczny 589
58.2. Podstawowe założenia 591
58.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 592
58.4. Zmiana 593
58.5. Umiejętności i strategie 594
58.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 595

Rozdział 59 Terapia zorientowana na rozwiązanie 597
59.1. Rys historyczny 597
59.2. Podstawowe założenia 598
59.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 599
59.4. Zmiana 600
59.5. Umiejętności i strategie 601
59.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 602

Rozdział 60 Model transteoretyczny 604
60.1. Rys historyczny 604
60.2. Podstawowe założenia 605
60.3. Źródła problemów i sposoby radzenia sobie z nimi 606
60.4. Zmiana 606
60.5. Umiejętności i strategie 609
60.6. Dowody pochodzące z badań naukowych 610

Indeks osobowy 612

Indeks rzeczowy 620