

Spis treści

Przedmowa	9
Podziękowania	11
Część I: Zarys teorii psychodramy	
Rozdział 1	
Wprowadzenie	15
<i>Sylvia Stankiewicz</i>	
Czym jest psychodrama? Charakterystyka wstępna	16
Początki psychodramy. Koncepcja J. L. Moreno	19
Jak korzystać z tej książki	21
Rozdział 2	
Psychodrama w kategoriach społecznego uczenia się	24
<i>Katarzyna Tomczak</i>	
Gotowość do pracy metodą psychodramy	24
Elementy uczenia się w psychodramie	27
Rozdział 3	
Metody poznawczo-behawioralne wykorzystywane w psychodramie ..	30
<i>Katarzyna Tomczak</i>	
Instrukcje	30
Modelowanie	31
Wpływanie na pobudzenie fizjologiczne	33

Ekspozycja	34
Utrwalanie umiejętności w psychodramie	38
Generalizacja umiejętności	39

Rozdział 4

Funkcje psychodramy w kontekście społecznego uczenia się	40
---	-----------

Katarzyna Tomczak

Modulacja emocji	40
Uprawomocnianie w psychodramie	44
Motywowanie do zmiany	47

Rozdział 5

Psychodrama jako trening umiejętności	48
--	-----------

Katarzyna Tomczak

Regulacja emocji	49
Sfera poznawcza	53
Dostosowanie zachowania do bieżącej sytuacji	54
Skuteczność w relacjach interpersonalnych	55

Rozdział 6

Rola psychodramy w pracy grupowej	57
--	-----------

Katarzyna Tomczak

Fazy rozwoju grupy	58
Role grupowe	62

Część II: Techniki psychodramatyczne

Rozdział 7

Zasady pracy technikami psychodramatycznymi	69
--	-----------

Katarzyna Tomczak

Fazy Liczba i częstotliwość spotkań oraz czas pracy grupy	69
Długość sesji, termin, przerwy w pracy, miejsce	70
Tajemnica zawodowa, superwizja, udostępnianie danych	70

Spóźnienia, nieobecności	70
Aktywność pacjenta i terapeuty	71
Specyficzne ustalenia	71
Honorarium, należność za opuszczone sesje	71
Renegocjacja zasad	72

Rozdział 8

Podział technik	73
------------------------------	-----------

Sylvia Stankiewicz, Katarzyna Tomczak

Charakterystyka poszczególnych grup technik	74
Uwagi techniczne	76

Rozdział 9

Techniki psychodramatyczne — opis szczegółowy	79
--	-----------

Sylvia Stankiewicz, Katarzyna Tomczak

Techniki rozpoczynające	79
Techniki pobudzające aktywność	88
Techniki integrujące grupę	97
Techniki uwalniające emocje	115
Techniki skoncentrowane na rolach grupowych	122
Techniki socjometryczne	131
Techniki pogłębiające wiedzę o sobie	134
Techniki treningowe	150
Techniki kończące	163

Część III: Przykłady kliniczne

Rozdział 10

Praca z indywidualnymi problemami na tle grupy	171
---	------------

Sylvia Stankiewicz

Anna	171
Karolina	174
Magdalena	176

Rozdział 11

Problematiczne sytuacje grupowe 180

Sylvia Stankiewicz

Powstawanie podgrup 180

Koziół ofiarny w grupie 182

Przedłużanie się fazy pracy w grupie 184

Aneksy

1. Spór konstruktywny *Sylvia Stankiewicz* 187

2. Asertywność *Sylvia Stankiewicz* 189

3. Analiza transakcyjna *Katarzyna Tomczak* 192

4. Spis zadań psychodramatycznych 196

Bibliografia 201