

Przedmowa	13
Uwagi semantyczne	15

CZĘŚĆ PIERWSZA: ROZWAŻANIA OGÓLNE

Rozdział I: Wprowadzenie	19
1. Co mówimy po „dzień dobry”?	19
2. Jak mówimy „dzień dobry”?	20
3. Ilustracja	22
4. Uścisk dłoni	25
5. Przyjaciele	27
6. Teoria	27
Literatura	28
Rozdział II: Podstawy analizy transakcyjnej	29
1. Analiza strukturalna	29
2. Analiza transakcyjna	32
3. Strukturalizacja czasu	40
4. Skrypty	45
Przypisy i literatura	46

CZĘŚĆ DRUGA: PROGRAMOWANIE RODZICIELSKIE

Rozdział III: Ludzkie przeznaczenie	51
1. Plan życia	51
Magda	52
Della	53
Mary	55
2. Na scenie i za kurtyną	56

3. Mity i bajki	61
Historia Europy	62
Czerwony Kapturek	64
Reakcja Marsjanina	65
Skrypt Czerwonego Kapturka	67
4. Czekaając na <i>rigor mortis</i>	70
Skrypt oczekiwania na <i>rigor mortis</i>	72
Historia Śpiącej Królowny	73
5. Dramat rodzinny	75
6. Ludzkie przeznaczenie	77
7. Historia koncepcji	81
Przypisy i literatura	85
Rozdział IV: Wpływy prenatalne	88
1. Wprowadzenie	88
2. Wpływy przodków	92
3. Scena poczęcia	95
4. Narodziny	98
5. Skrypt narodzin	104
6. Imiona i nazwiska	106
Przypisy i literatura	108
Rozdział V: Wczesny okres rozwoju	112
1. Wczesne wpływy	112
2. Przekonania i decyzje	114
3. Postawy i zaimki	115
4. Zwycięzcy i przegrani	120
5. Postawy trójstronne	121
6. Postawy i predykaty	122
7. Wybór skryptu	127
Literatura	128
Rozdział VI: Lata elastyczności	129
1. Programowanie rodzicielskie	129
2. Myślenie marsjańskie	133
Butch	133
3. Mały prawnik	137
4. Aparat skryptowy	140
Przypisy i literatura	144
Rozdział VII: Aparat skryptowy	145

1. Zapłata	146
2. Nakaz	148
3. Zachęta	150
4. Elektroda	151
5. Worki i przedmioty	152
6. Zalecenie	153
7. Wzorce rodzicielskie	156
8. Demon	159
9. Przyzwolenie	160
10. Wyzwolenie wewnętrzne	163
Chuck	164
11. Wyposażenie skryptowe	166
Clementine	166
12. Aspiracje i konwersacje	168
13. Zwycięzcy	169
14. Czy każdy ma skrypt?	170
15. Antyskrypt	171
16. Podsumowanie	172
Przypisy i literatura	173
Rozdział VIII: Późne dzieciństwo	175
1. Wątki i bohaterowie	175
2. Rakietą	177
3. Talony	179
4. Iluzje	188
5. Gry	198
6. Persona	201
7. Poletko rodzinne	202
Przypisy i literatura	209
Rozdział IX: Dojrzewanie	210
1. Rozrywki	211
2. Nowi bohaterowie	212
3. Totem	212
4. Nowe odczucia	213
5. Reakcje fizyczne	214
6. Na scenie i za kulisami	215
7. Skrypt i antyskrypt	216
8. Obraz świata	218

9. Koszulka	222
Nikomu nie możesz ufać	225
Czyżby nikt z was...?	227
Literatura	229
Rozdział X: Dojrzałość i śmierć.	230
1. Dojrzałość	230
2. Pożyczka	231
3. Uzależnienia	233
4. Trójkąt dramatyczny	234
5. Oczekiwana długość życia	236
6. Starość	239
7. Scena śmierci	243
8. Wisielczy śmiech	245
9. Scena pośmiertna	246
10. Nagrobek	247
11. Testament	248
Przypisy i literatura	248

CZĘŚĆ TRZECIA: FUNKCJONOWANIE SKRYPTU

Rozdział XI: Typy skryptów	253
1. Zwycięzcy, niezwycięzcy i przegrani	253
2. Czas skryptu	256
3. Seks i skrypt	258
4. Czas zegarowy i czas docelowy	261
Literatura	264
Rozdział XII: Niektóre typowe skrypty	265
1. Różowy Kapturek, czyli „Podrzutek”	266
2. Syzyf, czyli „I znowu to samo”	269
3. Panienka Muffet, czyli „Mnie nie wystraszysz”	272
4. Stara gwardia nie rdzewieje, czyli „Kto mnie potrzebuje?”	275
5. Pogromca smoków, czyli „Tatuś wie najlepiej”	277
6. Sigmund albo „Jeśli nie możesz tak, to spróbuj inaczej”	279

7. Florence, czyli „Przeanalizuj to dogłębnie” ..	280
8. Skrypty tragiczne	282
Przypisy i literatura	284
Rozdział XIII: Kopciuszek	286
1. Skąd się wziął Kopciuszek?	286
2. Historia Kopciuszka	288
3. Zazębiające się skrypty	290
4. Kopciuszek w świecie realnym	293
5. Po balu	295
6. Zmyśłone opowieści i prawdziwi ludzie	297
Przypisy i literatura	300
Rozdział XIV: Skrypt — jak to możliwe?	301
1. Plastyczna twarz	302
2. Ruchome „ja”	306
3. Fascynacja i imprinting	313
4. Bezwonny zapach	316
5. Przedzapłon i wypalenie	320
6. Mały faszysta	329
7. Dzielny schizofrenik	332
8. Smoczek brzuchomówcy	334
9. Jeszcze o demonach	337
10. Prawdziwy człowiek	339
Przypisy i literatura	340
Rozdział XV: Przenoszenie skryptu	342
1. Macierz skryptowa	342
2. Rodzinna parada	346
3. Przekazywanie kultury	349
4. Wpływ dziadków	352
5. Nadskryptowość	354
6. Zlewanie się dyrektyw skryptowych	357
7. Podsumowanie	359
8. Odpowiedzialność rodziców	360
Przypisy i literatura	362

ŻĘŚ CZWARTA: SKRYPT W PRAKTYCE KLINICZNEJ

Rozdział XVI: Faza wstępna	367
----------------------------------	-----

1. Wprowadzenie	367
2. Wybór terapeuty	370
3. Terapeuta — magiem	373
4. Przygotowanie	375
5. „Zawodowy pacjent”	378
6. Pacjent jako osoba	379
Przypisy i literatura	381
Rozdział XVII: Znaki skryptu	383
1. Sygnał skryptowy	383
2. Element fizjologiczny	386
3. Jak słuchać?	390
4. Podstawowe sygnały głosowe	392
Dźwięki „oddechowe”	392
Akcent	393
Głosy	394
Słownictwo	395
5. Dobór słów	396
Części mowy	396
Słowa „w porządku”	398
Słowa skryptowe	400
Metafory	402
Frazy bezpieczeństwa	403
Tryb łączący	404
Struktura zdania	405
6. Transakcja wisielcza	406
7. Rodzaje śmiechu	410
Śmiech skryptowy	410
Zdrowy śmiech	411
8. Babcia	411
9. Rodzaje protestu	413
10. Historia twojego życia	415
11. Zamiany ról w skrypcie	418
Przypisy i literatura	420
Rozdział XVIII: Skrypt w leczeniu	422
1. Rola terapeuty	422
2. Dawkowanie gier	423
3. Motywacja	423

4. Skrypt terapeuty	425
5. Prognozowanie wyniku terapii	427
6. Skryptowa antyteza	429
Amber	430
7. Lek	437
Literatura	439
odział XIX: Decydująca interwencja	440
1. Ostateczny środek wyrazu	440
2. Głosy w głowie	444
3. Dynamika przyzwolenia	447
4. „Leczenie” a „czynienie postępów”	453
Przypisy i literatura	455
odział XX: Trzy przypadki	457
1. Clooney	457
2. Victor	465
3. Jan i Bill	467

ZEŚĆ PIĄTA: NAUKOWE PODEJŚCIE DO TEORII KRYPTÓW

odział XXI: Zarzuty wobec teorii skryptów	473
1. Zarzuty spirytualistyczne	473
2. Zarzuty filozoficzne	475
3. Zarzuty racjonalne	476
4. Zarzuty doktrynalne	478
5. Zarzuty empiryczne	480
6. Zarzuty rozwojowe	482
7. Zarzuty kliniczne	483
Przypisy i literatura	485
odział XXII: Problemy metodologiczne	486
1. Mapa i terytorium	486
2. Siatka pojęciowa	489
3. Źródła danych	493
Literatura	497
odział XXIII: Lista pytań o skrypt	498
1. Definicja skryptu	498
2. Jak weryfikować skrypt?	502

3. Komentarz do listy pytań o skrypt	508
4. Lista pytań o skrypt	509
5. Skrócona lista pytań	518
6. Terapeutyczna lista pytań	520
Literatura	523

DODATEK

Co mówimy po „dzień dobry”?	524
Słowniczek	527
Wybrana bibliografia	534
Indeks	536
Spis ilustracji	544
O Autorze	545