

Spis treści

Recenzja	11
Słowo wstępne Elżbieta Binswanger-Stefańska	13
Od autora	17

I. Świat wokół nas. W realnym i wirtualnym świecie

1. Co mówi nasza mowa	21
1.1. Aby język gętki powiedział wszystko, co pomyśli głowa, czyli o sztuce mówienia	21
1.2. Błąd i wina – jak (nie) przyznać się do błędu i (nie) odczuwać winy ..	25
1.3. Narracja – mapy, etykiety, szuflady	31
1.4. Słów nam ubywa – o zdziwieniu i oburzeniu	35
2. Co i w jaki sposób na nas wpływa?	37
2.1. Sztuczna inteligencja z odwróconym wektorem, czyli kto kogo ...	37
2.2. Bańki, różnicowanie i mentalny autorytaryzm – wywiad	42
2.3. Przekornie o zaletach wieku starszego i twórczej samotności	46
2.4. O (braku) szacunku	48
2.5. Facebook a wiedza	51
2.6. Ambicje, uczenie się oraz ich konsekwencje	51
2.7. O szczęściu i czy do niego dążyć	54
2.8. Znikający ludzie – czyli o obecności nieobecnych	59
2.9. Nietolerancja	63
2.10. Hejt wobec LGBT+	68
2.11. Odchudzanie dzieci to wrażliwy temat	70
2.12. Między kobiecością a seksizmem – po wyborach w USA	74
2.13. Kobieta sylwetka w społeczno-kulturowym gorsecie	75

2.14. Dlaczego tak trudno zmieniamy zdanie? Czyli o dysonansie poznawczym, mechanizmie racjonalizacji i procesach poznawczych	79
3. Gdy ludzie umierają	85
3.1. Pustka i brak	85
3.2. Przegrać walkę z rakiem	86
3.3. O śmierci i żałobie	86
3.4. Czy śmierć może wywołać hejt	89
4. Zwierzęta to też nasz świat	91
4.1. O adopcji psów – wywiad	91
5. Czas pandemii – z subiektywnej perspektywy	99
5.1. Pandemia a ludzka psychika – wywiad	99
5.2. Między strachem a paniką	104
5.3. Facebook i jego diagnostyczni specjaliści	105
5.4. Pandemia a zachowania i face newsy	106
5.5. Słów kilka o modelach leczenia pandemii	110
5.6. O edukacyjnej pracy zdalnej – z własnych doświadczeń	110
5.7. Godność i wolność a maski i kagańce	111
5.8. Gościnność, święta i pandemia	116
5.9. Hejt – przed i w czasie pandemii	118
5.10. Pandemia – wojna, walki i bitwy	122
5.11. Społeczne i jednostkowe skutki pandemii – wywiad	129

II. Z dziedziny psychoterapii

1. Psychoterapia – czym jest i jak działa?	139
2. Terapia rodzinna – dla kogo i dlaczego?	149
3. Psychoterapia dzieci i młodzieży – specyfika relacji i pracy	157
4. Dziecko w roli dorosłego	167
5. Dlaczego znajomy, który jest psychoterapeutą, nie może być naszym terapeutą?	173
6. Empatia i syntonía w psychoterapii i w życiu prywatnym	179

III. W świecie filmu – o filmowych symbolach

1. <i>Musimy porozmawiać o Kevinie</i>	187
2. <i>Zimna wojna</i>	189
3. <i>Kler</i>	191
4. <i>7 uczuć</i>	193
5. <i>Fuga</i>	195
6. <i>Boska Florence</i>	197
7. <i>Roma</i>	199
8. <i>Bohemian Rhapsody</i>	201
9. <i>Tylko nie mów nikomu</i>	203
10. <i>Słodki koniec dnia</i>	205
11. <i>Tajemnice Joan</i>	207
12. <i>Rocketman</i>	209
13. <i>Pamiętki Claire Darling</i>	211
14. <i>W deszczowy dzień w Nowym Jorku</i>	213
15. <i>Pewnego razu... w Hollywood</i>	215
16. <i>Ból i blask</i>	217
17. <i>Polityka</i>	219
18. <i>Parasite</i>	221
19. <i>Boże ciało</i>	225
20. <i>Portret kobiety w ogniu</i>	227
21. <i>Obywatel Jones</i>	229
22. <i>Oficer i szpieg</i>	231
23. <i>Dwóch papieży</i>	233
24. <i>Małe kobietki</i>	235
25. <i>1917</i>	237
26. <i>Zaraza</i>	239
27. <i>Film wyobrażony – „Gdyby Covid był filmem”</i>	243
Podsumowanie	245
O Autorce	247