

Spis treści

Wstęp	9
Rozdział 1	
Wybrane konteksty analizy funkcjonowania związków	13
1.1. Miłość w procesie zmian	14
1.2. Fazy związku i charakterystyczne zjawiska w nich zachodzące	20
1.3. Wywieranie wpływu w związku - badanie uległości	27
1.4. Rodziny w perspektywie transmisji międzypokoleniowej	31
1.5. Ocena funkcjonowania rodziny	32
Rozdział 2	
Budowanie relacji przemocowej	37
2.1. Rozmiary przemocy domowej w Polsce - wybrane dane statystyczne	38
2.2. Uwarunkowania przemocy	40
2.3. Przemoc w relacji partnerskiej - dynamika rozwoju zależności	43
2.3.1. Jakie bywają początki rozwoju przemocy w związku?	43
2.3.2. Następny etap rozwoju przemocy w związku	51
2.3.3. Przemoc jako „normalność”	62
2.4. Przemoc w związkach - rodzaje przemocy w narracjach ofiar i sprawców	68
2.4.1. Przemoc emocjonalna	69
2.4.2. Przemoc fizyczna	73
2.4.3. Przemoc ekonomiczna	76
2.4.4. Przemoc seksualna	80
2.4.5. Stalking	84

Rozdział 3

Przemoc w związkach - konsekwencje u ofiar i sprawców	87
3.1. Konsekwencje, jakie ponoszą ofiary	88
3.2. Konsekwencje stosowania przemocy diagnozowane u sprawców	94
3.3. Czy można wybaczyć przemoc?	97

Rozdział 4

Zdrowienie ofiar i sprawców - co ten proces oznacza dla związku?	101
4.1. Fazy zdrowienia ofiar i sprawców	104
4.2. Pierwsze impulsy do zmiany	111
4.2.1. Pułapki wczesnego okresu zmiany	121
4.2.2. Jak omijać pułapki?	123
4.3. Wzrastająca świadomość	124
4.3.1. Pułapki okresu wzrastającej świadomości	125
4.3.2. Jak omijać pułapki?	127
4.4. Kontynuowanie rozwoju poczucia kontroli własnego życia	129
4.4.1. Pułapki tego okresu	130
4.4.2. Jak unikać pułapek	131
4.5. Wzbudzanie i wzmacnianie motywacji wewnętrznej	132
4.5.1. Pułapki tego okresu zmiany	133
4.5.2. Jak omijać pułapki?	134
4.6. Pogłębianie procesu równości w związku	136
4.6.1. Pułapki tego etapu	139
4.6.2. Jak ominąć pułapki?	141
4.7. Etap kończący terapię - urealnianie swoich możliwości	142
4.8. Co się dzieje, gdy tylko jedna ze stron podejmuje leczenie?	145
4.9. Kiedy nie można wybaczyć?	154
Zamiast zakończenia - kilka wskazówek dla terapeutów	157

Bibliografia	169
Spis rysunków i tabel	176