

Spis treści

Przedmowa do wydania polskiego	/ 9
Przedmowa	/ 15
Przedmowa do czwartego wydania	/ 16

Część I

Podstawowe pojęcia / 17

1. Pojęcie psychoterapii / 17
 - 1.1. Psychoterapia jako dziedzina / 17
 - 1.2. Psychoterapia jako czynność / 18
2. Rodzaje psychoterapii / 20
3. Cele psychoterapii / 23

Część II

Współczesne kierunki w psychoterapii / 25

1. Psychoterapia głębinowa / 26
 - 1.1. Psychoanaliza / 26
 - 1.2. Psychoterapia adlerowska / 40
 - 1.3. Psychoterapia jungowska / 43
2. Psychoterapia dynamiczna i interpersonalna / 48
 - 2.1. Podejście Karen Horney / 49
 - 2.2. Podejście H.S. Sullivana / 51
 - 2.3. Podejście F. Alexandra / 53
 - 2.4. Podejście W.N. Miasiszczewa / 55
 - 2.5. Podejście G. Klermana i M. Weissman / 60
3. Psychoterapia C. Rogersa / 62
4. Psychoterapia behawioralna / 67
5. Psychoterapia poznawcza / 77
 - 5.1. Terapia racjonalno-emocjonalna / 77

- 5.2. Terapia poznawcza / 81
- 5.3. Terapia poznawczo-behawioralna / 84
- 6. Psychoterapia komunikacyjna / 89
- 7. Terapia Gestalt / 95
- 8. Psychoterapia egzystencjalna i humanistyczna / 100
 - 8.1. Daseinsanaliza / 101
 - 8.2. Logoterapia / 104
 - 8.3. Psychoterapia humanistyczna / 106
- 9. Inne podejścia / 111
 - 9.1. Psychoterapia transpersonalna / 111
 - 9.2. Psychoterapia zorientowana na proces / 114
 - 9.3. Satiterapia / 115
 - 9.4. Bioenergetyka, terapia rzeczywistością i psychoterapia pozytywna / 117
- 10. Podejście eklektyczne i integracyjne / 121
 - 10.1. Wspólne czynniki w różnych podejściach / 122
 - 10.2. Alternatywne drogi do wyzdrowienia / 123
 - 10.3. Specyficzne czynniki oddziałujące w zróżnicowany sposób / 125
 - 10.4. Modele współczesne / 126
 - 10.5. Integrowana psychoterapia Knoblochów / 127
 - 10.6. Wieloczynnikowa terapia Lazarusa / 130
 - 10.7. Inne modele / 131
 - 10.8. Uwagi końcowe / 135

Część III

Metody psychoterapii / 137

- 1. Psychoterapia racjonalna / 138
 - 1.1. Omówienie istoty zaburzenia / 140
 - 1.2. Omówienie zasad higieny psychicznej / 141
 - 1.3. Omówienie zasad postępowania w celu usunięcia niektórych objawów / 144
- 2. Psychoterapia sugestywna i hipnotyczna / 147
 - 2.1. Techniki przeprowadzania hipnozy / 149
 - 2.2. Objawy występujące w hipnozie / 164
 - 2.3. Sposób leczenia hipnozą / 171
 - 2.4. Psychoterapia ericksonowska / 174
 - 2.5. Neurolingwistyczne programowanie / 180
- 3. Psychoterapia empatyczna i odreagowująca (abreaktywna) / 183
 - 3.1. Rozmowy empatyczne / 183
 - 3.2. Zasada odreagowania / 186
 - 3.3. Odreagowanie w trakcie hipnozy / 188
 - 3.4. Wykorzystanie psychofarmakologii / 189

4. Psychoterapia relaksacyjna i wyobrażeniowa / 192
 - 4.1. Trening autogeny / 192
 - 4.2. Kierowana terapia wyobrażeniowa / 201
5. Psychoterapia treningowa / 206
 - 5.1. Trening pozytywny / 206
 - 5.2. Trening asertywności / 210
 - 5.3. Terapia awersyjna (odwykowa) / 214
 - 5.4. Systematyczna desensybilizacja i ekspozycja / 216
 - 5.5. Naśladowanie i inne techniki / 221
6. Psychoterapia psychoanalityczna / 225
 - 6.1. Technika wolnych skojarzeń / 225
 - 6.2. Interpretacja i analiza oporu / 226
 - 6.3. Przeniesienie i nerwica przeniesieniowa / 227
 - 6.4. Przykład zastosowania / 229
 - 6.5. Krótkotrwała psychoterapia o orientacji psychoanalitycznej / 230
7. Psychoterapia interpersonalna / 234
 - 7.1. Wgląd / 236
 - 7.2. Korektywne doświadczenie emocjonalne / 240
 - 7.3. Wykorzystanie dynamiki grupowej / 242
 - 7.4. Psychodrama / 243
 - 7.5. Psychogimnastyka / 247
 - 7.6. Wykorzystanie społeczności terapeutycznej / 250

Część IV

Psychoterapia grupowa / 253

1. Podejście Morena / 255
2. Kierunek analityczny / 259
3. Analiza transakcyjna / 263
4. Grupy spotkaniowe / 272
5. Teoria pola sił (podejście topologiczne) / 279
6. Kierunek eklektyczny / 282
7. Grupowa psychoterapia psychoz / 284
8. Społeczność terapeutyczna / 287

Część V

Terapia rodzinna i systemiczna / 289

1. Terapia rodzinna / 290
2. Terapia systemiczna / 295

Część VI

Podejście syntetyzujące i różnicujące / 301

1. Zróżnicowanie w zależności od objawów i rozwoju choroby / 302
2. Zróżnicowanie w zależności od osobowości pacjenta / 304
3. Zróżnicowanie w zależności od osobowości terapeuty / 306
4. System terapeutyczny / 307

Część VII

Badania w dziedzinie psychoterapii / 319

1. Problemy metodologiczne / 319
 - 1.1. Zmienne występujące w psychoterapii / 320
 - 1.2. Modele czynnikowe / 328
 - 1.3. Metody pomiaru danych / 333
2. Badanie wyników psychoterapii / 337
 - 2.1. Spór o skuteczność psychoterapii / 337
 - 2.2. Badania z zastosowaniem grupy kontrolnej / 339
3. Badanie procesu oraz badanie modelowe / 353
 - 3.1. Badanie procesu i analiza treści / 353
 - 3.2. Badanie modelowe / 356

Zakończenie / 359

Literatura / 361