

Spis treści

Wprowadzenie

7

CZĘŚĆ I Zagadnienia teoretyczne

ROZDZIAŁ 1.	Podstawowe i uniwersalne potrzeby emocjonalne	13
ROZDZIAŁ 2.	Rozwój wczesnych schematów nieadaptacyjnych jako skutek niezaspokojenia potrzeb	16
ROZDZIAŁ 3.	Taksonomia wczesnych schematów nieadaptacyjnych	23
ROZDZIAŁ 4.	Style radzenia sobie ze schematami i reakcje	33
ROZDZIAŁ 5.	Style radzenia sobie: poddanie się	38
ROZDZIAŁ 6.	Style radzenia sobie: unikanie	40
ROZDZIAŁ 7.	Style radzenia sobie: nadmierna kompensacja	43
ROZDZIAŁ 8.	Tryby schematów jako stany (rozdzielenie między cechą i stanem)	46
ROZDZIAŁ 9.	Głębokie zranienie: tryb wrażliwego na krzywdzenie dziecka	49
ROZDZIAŁ 10.	Tryby rozszluczonego i impulsywnego dziecka	52
ROZDZIAŁ 11.	Nieadaptacyjne tryby radzenia sobie	56
ROZDZIAŁ 12.	Tryby uwewnętrznionego rodzica	59
ROZDZIAŁ 13.	Zdrowe tryby: zdrowy dorosły, zadowolone dziecko	62
ROZDZIAŁ 14.	Ograniczone korektywne rodzicielstwo	65
ROZDZIAŁ 15.	Empatyczna konfrontacja	68

CZĘŚĆ II Zagadnienia praktyczne

ROZDZIAŁ 16.	Proces rozpoznania/diagnozy: wywiad ukierunkowany na historię rozwoju, inwentarze schematów i samoobserwacja	73
ROZDZIAŁ 17.	Proces oceny: ukierunkowane wyobrażenia	80
ROZDZIAŁ 18.	Proces oceny: zachowania w czasie sesji terapeutycznej i relacja terapeutyczna	84
ROZDZIAŁ 19.	Edukacja pacjenta o modelach schematów i trybów – praktyczne wykorzystanie studium przypadku	87
ROZDZIAŁ 20.	Narzędzia terapeutyczne 1: techniki relacyjne	91
ROZDZIAŁ 21.	Narzędzia terapeutyczne 2: techniki poznawcze	94
ROZDZIAŁ 22.	Narzędzia terapeutyczne 3: techniki skoncentrowane na emocjach	101

ROZDZIAŁ 23. Narzędzia terapeutyczne 4: przełamywanie wzorców behawioralnych	104
ROZDZIAŁ 24. Dialog trybów i praca z wyobrażeniami	108
ROZDZIAŁ 25. Specyfika pracy z zaburzeniami osobowości typu borderline	112
ROZDZIAŁ 26. Specyfika pracy z narcystycznymi zaburzeniami osobowości i antyspołecznymi zaburzeniami osobowości	121
ROZDZIAŁ 27. Specyfika pracy z parami	127
ROZDZIAŁ 28. Współdziałanie terapii schematu dla osi II i terapii poznawczo-behawioralnej dla osi I	134
ROZDZIAŁ 29. Relacja terapeutyczna: ograniczone korektywne rodzicielstwo	138
ROZDZIAŁ 30. Osobiste schematy terapeutów	141
Bibliografia	145
Indeks nazwisk	149
Indeks rzeczowy	151