

---

# Spis treści

---

## **1. Zespoły behawioralne związane z zaburzeniami fizjologicznymi i czynnikami psychologicznymi**

- 1.1. Zaburzenia snu
  - 1.1.1. Opis przypadku – psychologia bezsenności
  - 1.1.2. Poznawczo-behawioralna terapia zaburzeń snu – ćwiczenia do pracy z klientem
- 1.2. Zaburzenia odżywiania
  - 1.2.1. Zaburzenia odżywiania z perspektywy rodzinnej i międzypokoleniowej

## **2. Zaburzenia seksualne**

- 2.1. Cyberprzestrzeń, nowe technologie i tożsamości internetowe jako szansa na nowe lepsze życie? – co mówią terapeuci
  - 2.1.1. Niekonwencjonalne zastosowania narzędzi terapeutycznych przez internet
  - 2.1.2. Praca online z klientem w ujęciu poznawczo-behawioralnym
- 2.2. Zaburzenia seksualne w kontekście pracy przy wsparciu techniki genogramów
- 2.3. Seks i perspektywy czasu w kontekście koncepcji Time Perspective Therapy
- 2.4. Systemowa terapia problemów seksualnych uwzględniająca mechanizmy sprzężenia zwrotnego w kontekście indywidualnych i partnerskich zaburzeń sfery seksualnej

## **3. Uzależnienia**

- 3.1. Zintegrowane spojrzenie na osobę uzależnioną w codziennej praktyce
- 3.2. Nowe uzależnienia – społeczny i środowiskowy kontekst uzależnień w diagnostyce i terapii

- 3.2.1. Zakupoholizm – realne zagrożenie czy wymysł naszych czasów
- 3.2.2. Uzależnienie od medycyny estetycznej w kontekście zaburzeń funkcjonowania psychofizycznego – opisy przypadków z terapii osób w różnych sytuacjach życiowych (np. awans zawodowy, narodziny dziecka)
- 3.2.3. Uzależnienie od gier komputerowych i gier wideo – postulaty WHO, obraz zaburzenia i terapia
- 3.3. Uzależnienie z perspektywy rodzinnej i międzypokoleniowej
- 3.4. Współuzależnienie w teorii gier transakcyjnych – praktyczne wskazówki na przykładzie zależności w kontekście trójkąta Karpmana
- 3.5. Drunkoreksja w przebiegu rozwoju zespołu uzależnienia od alkoholu

#### **4. Zaburzenia nastroju**

- 4.1. Depresja
  - 4.1.1. Specyficzne i specjalistyczne diety i ich wpływ na wahania nastroju – opisy przypadków z omówieniem czynników pobudzających wahania nastroju
  - 4.1.2. Depresja i zaburzenia lękowe z perspektywy przekazów międzypokoleniowych
  - 4.1.3. Elementy terapii ACT w depresji młodzieży – karty pracy do wykorzystania w terapii
  - 4.1.4. Wykorzystanie przykładowych narzędzi diagnostycznych i terapii poznawczo-behawioralnej w kontekście podejścia uważności z elementami współczucia (*mindfulness & compassion*) na przykładzie pracy z pacjentami z rozpoznaniem epizodu depresyjnego

#### **5. Zaburzenia lękowe i pod postacią somatyczną**

- 5.1. Fizjologia lęku. Samowiedza i samoświadomość jako przykład narzędzia terapeutycznego – niezbędny słownik pojęć
- 5.2. Ekspozycja jako strategia terapeutyczna w leczeniu lęku i fobii w grupach młodzieżowych
- 5.3. Zaburzenia obsesyjno-kompulsywne

- 5.3.1. Praca z dezadaptacyjnymi umysłowymi konstruktami poznawczymi. Normalizacja myśli natrętnych i wyolbrzymiona odpowiedzialność
- 5.3.2. Specyfika psychoterapii dzieci i młodzieży w kontekście diagnozy zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych – karty pracy do wykorzystania w terapii
- 5.4. Ukryta lojalność psychosomatyczna – objawy ciała jako ukryte przekazy międzypokoleniowe

## **6. Ciężki stres i trauma**

- 6.1. Powrót do szczęśliwego życia – studium przypadku terapii traumy w ujęciu ACT
- 6.2. Międzypokoleniowy przekaz traumy. Syndrom rocznicy
- 6.3. Podejście współczucia (*Compassion-Focused Therapy* – CFT) w pracy z traumą, czyli połączenie części poznawczej z częścią fizjologiczną i afektywną
- 6.4. Czynności obronne w funkcjonalno-czynnościowym modelu obron psychologicznych jako narzędzie w diagnostyce i terapii traumy dzieci i młodzieży
- 6.5. Uważność i współczucie w relacjach – jak dobrze być razem i jak dobrze rozstawać się w miłości i przyjaźni – propozycje refleksji i ćwiczeń w odniesieniu do doświadczenia traumy przez jednego z partnerów

## **7. Zaburzenia osobowości**

- 7.1. Osobowość narcystyczna
  - 7.1.1. Trudności w terapii narcystycznego pacjenta młodzieżowego. Możliwości rozumienia oraz wskazówki do pracy
- 7.2. Osobowość zależna
  - 7.2.1. Integracyjny model osobowości zależnej wg Roberta Bornsteina, implikacje dla pracy terapeutycznej. Samowspółczucie jako narzędzie w terapii osób z rozpoznaniem cech osobowości zależnej
- 7.3. Osobowość depresyjna
  - 7.3.1. Praca terapeutyczna z pacjentami z osobowością depresyjną
  - 7.3.2. Wdzięczność w pracy terapeutycznej z pacjentami z osobowością depresyjną

- 7.4. Osobowość unikająca
  - 7.4.1. Jak wykorzystać narzędzia terapii schematów (*Schema Therapy, Schema Focused Therapy – SFT*) w pracy z osobowością unikającą – podstawowe potrzeby emocjonalne, wczesne nieadaptacyjne schematy, style radzenia sobie i tryby schematu w opisie przypadku
- 7.5. Osobowość z pogranicza
  - 7.5.1. Przymierze terapeutyczne w przypadku terapii osób z zaburzeniami osobowości z pogranicza – szanse i pułapki
  
- 8. Zaburzenia rozwojowe**
  - 8.1. Kształcenie inteligencji emocjonalnej dzieci w oparciu o ćwiczenia uważności
  - 8.2. Narzędzia psychogenealogii i genogramy w terapii rodzinnej