

Obsah

Předmluva	15
Poznámka autora	18
Úvod	20

DÍL PRVNÍ: NOVOST, VZRUŠENÍ A RŮST

Část první: ÚVOD

Kapitola 1: Struktura růstu	30
1 Kontakťová hranice	30
2 Interakce organismu a prostředí	31
3 Co je předmětem psychologie?	31
4 Kontakt a novost	32
5 Definice psychologie a abnormální psychologie	33
6 Figura kontaktu na pozadí organismicko-environmentálního pole	33
7 Terapie jako gestalt analýza	34
8 Destrukce jako součást tvorby figury-pozadí	35
9 Vzrušení je důkazem reality	35
10 Kontakt je „nalézáním a tvořením“ příštího řešení	36
11 Self a jeho identifikace	37
Kapitola 2: Rozdíly ve všeobecném pohledu a rozdíly v terapii	38
1 Gestalt terapie a trendy psychoanalýzy	38
2 Gestalt terapie a gestalt psychologie	39
3 Psychologie „vědomého“ a „nevědomého“	40
4 Reintegrace psychologií „vědomého“ a „nevědomého“	41
5 Záměr této knihy	41
6 Kontextuální metoda argumentace	44
7 Kontextuální metoda aplikovaná na teorie psychoterapie	44
8 Kreativní přizpůsobování: struktura umělecké práce a dětské hry	45

9	Kreativní přizpůsobování: všeobecně	46
10	Kreativní přizpůsobování: „organismická seberegulace“	47
11	Kreativní přizpůsobování: funkce self	47
12	Některé rozdíly ve všeobecném terapeutickém postoji	48

Část druhá:

SKUTEČNOST, LIDSKÁ PŘIROZENOST A SPOLEČNOST

Kapitola 3: „Duše“, „tělo“ a „vnější svět“	52
1 Situace plynoucí z dobrého kontaktu	52
2 Freud a tyto „problémy“	53
3 Srovnání pohledů psychoanalýzy a gestalt psychologie na tyto „problémy“	54
4 Kontaktní hranice a vědomí	55
5 Tendence ke zjednodušování pole	56
6 Možnosti na kontaktní hranici	57
7 Pohotovostní funkce vědomí	58
8 Vědecká adekvátnost výše uvedeného unitárního pojetí	59
9 Neurotická možnost na kontaktní hranici	59
10 „Duše“	61
11 Abstrakce a verbalizování jako akty „duše“	62
12 Psychosomatická onemocnění	63
13 Freudova teorie reality	64
14 Freudův „vnější svět“ percepce	66
Kapitola 4: Realita, nouzová situace a hodnocení	68
1 Dominantnost a seberegulace	68
2 Dominantnost a hodnocení	69
3 Neurotická seberegulace	70
4 Zdravá seberegulace v nouzové situaci	71
5 Hierarchie hodnot daná dominantnostmi seberegulace	72
6 Teorie psychoterapie jako hierarchie hodnot	72
7 Neurotická seberegulace a terapeutova koncepce	74
8 „Sledování odporu“ a „interpretace toho, co se vynořuje“	75
9 Dvojitá povaha symptomu	76
10 Léčení symptomu a potlačování pacienta	77

11	Požadavky kladené na dobrou metodu	78
12	Sebeuvědomování v experimentální bezpečné nouzové situaci	79
13	Hodnocení	80

Kapitola 5: Zrání a znovuvybavování si dětství

1	Minulost a budoucnost v přítomné skutečnosti	82
2	Význam minulosti a budoucnosti v terapii	83
3	Efekty minulosti jako fixované formy v přítomnosti	83
4	Nutkání k opakování	84
5	Struktura zapomenuté scény a její znovuvybavení	85
6	„Trauma“ jako nedokončená situace	87
7	Terapeutické použití znovu se objevující scény	87
8	Chybné pojetí „infantilního“ versus „zralého“	88
9	Rozlišování mezi dětskými postoji a jejich objekty	89
10	Jak Freud rozlišoval mezi „infantilním“ a „zralým“; dětská sexualita, zralost	90
11	Dětské emoce a neskutečnost: netrpělivost, halucinace, agresivita	91
12	Dětská nezodpovědnost	93
13	Závěr	95
14	Odblokovávání budoucnosti	95

Kapitola 6: Lidská přirozenost a antropologie neurozy

1	Předmět antropologie	97
2	Důležitost tohoto oboru pro psychoterapii	98
3	„Lidská přirozenost“ a průměr	98
4	Neurotické mechanismy jako zdravé funkce	100
5	Vzpřímené držení těla, osvobození rukou a hlavy	101
6	Nástroje, jazyk, pohlavní diferenciaci a společnost	102
7	Senzorická, motorická a vegetativní diferenciaci	103
8	Verbální obtíže v tomto pojednání	104
9	Symbyly	105
10	Neurotické rozštěpení	106
11	Zlatý věk, civilizace a introjekce	106
12	Závěr	107

Kapitola 7: Verbalizace a poezie

1	Sociální, interpersonální a osobní	108
---	--	-----

2	Kontakťová řeč a poezie	109
3	Verbalizování a poezie	111
4	Kritika volných asociací jako terapeutické techniky	114
5	Volné asociace jako jazykový experiment	115
6	Filosofie jazykové reformy	117
Kapitola 8: Antisociální a agrese		119
1	Sociální a antisociální	119
2	Změny v antisociálním	120
3	Nerovnoměrný pokrok a společenská reakce	121
4	Antisociální je v současnosti agresivní	124
5	Ničení a destruování	125
6	Iniciativnost a zlost	127
7	Fixace výše zmíněného a sadomasochismus	129
8	Moderní válka je masovou sebevraždou bez pocitu viny	130
9	Kritika Freudova thanata	132
Kapitola 9: Konflikt a sebepřemožení		135
1	Konflikt a kreativní nestrannost	135
2	Kritika teorie „odstranění vnitřního konfliktu“: smysl „vnitřního“	136
3	Význam „konfliktu“	137
4	Utrpení	139
5	Seběpřemožení: předčasná pacifikace	141
6	Seběpřemožení: uspokojení z přemožení	142
7	Sebekontrola a „charakter“	144
8	Vztah teorie a metody	145
9	Co je při sebepřemožení inhibováno	146

Část třetí: TEORIE SELF

Kapitola 10: Self, ego, id a osobnost		150
1	Plán následujících kapitol	150
2	Self je systémem přítomných kontaktů a činitelem růstu	151
3	Self jako aktualizace možného	153
4	Vlastnosti self	154
5	Ego, id a osobnost jako aspekty self	155

6	Ego	156
7	Id	158
8	Osobnost	159
Kapitola 11: Kritika psychoanalytických teorií self		161
1	Kritika teorie, která činí self nadbytečným	161
2	Kritika teorie, která izoluje self ve fixovaných hranicích	163
3	Srovnání výše uvedených teorií	166
4	Filosofická rozdělení	167
5	Sociální strach z kreativity	168
6	Krásné umění v analytické teorii	170
7	Rozkol mezi hlubinnou a obecnou psychologií	171
8	Závěr	173
Kapitola 12: Kreativní přizpůsobování, předkontakt a kontaktování		175
1	Fyziologie a psychologie	175
2	Předkontakt: periodický a neperiodický	176
3	První stadia kontaktu	177
4	Bezduvodná kreativita	179
5	Kreativita/přizpůsobování	180
6	Emoce	181
7	Vzrušení a úzkost	183
8	Identifikování a odcizování	184
9	Identifikace a alienace	186
Kapitola 13: Kreativní přizpůsobování: konečný kontakt		
a postkontakt		188
1	Jednota figury a pozadí	188
2	Zaujetí a jeho objekt	189
3	Příklad sexuálního dotyku atd.	191
4	Postkontakt	192
5	Přechod od psychologického k fyziologickému	193
6	Formování osobnosti: věrnost	194
7	Formování osobnosti: morálnost	195
8	Formování osobnosti: řečnické postoje	196
9	Závěr	197

Kapitola 14: Ztráta ego funkcí: potlačení – kritika Freudovy teorie potlačení	199
1 Figura-pozadí neurózy	199
2 Neuróza jako ztráta ego funkcí	201
3 Kritika Freudovy teorie: I – Potlačená přání	202
4 Kritika Freuda: II – Sny	205
5 Kritika Freuda: III – Realita	206
6 Příklady potlačení: nespavost a nuda	209
7 Sublimace	210
8 Reaktivní výtvor	212
 Kapitola 15: Ztráta ego funkcí: typické struktury a hranice	 214
1 Lest terapie „neurotických charakterů“	214
2 Mechanismy a „charaktery“ jako stadia přerušení kreativity	215
3 Momenty přerušení	217
4 Konfluence	217
5 Introjekce	218
6 Projekce	220
7 Retroflexe	221
8 Egotismus	222
9 Shrnutí	223
10 Výše uvedené není typologií neurotických osob	224
11 Příklad obrácení sekvence fixací	226
12 Pociťování hranic	227
13 Terapie hranic	229
14 Kritérium	230

DÍL DRUHÝ: MOBILIZOVÁNÍ SELF

Část první – ORIENTOVÁNÍ SELF

Kapitola 1: Počáteční situace	234
 Kapitola 2: Kontaktování prostředí	 256
EXPERIMENT 1: Pociťování přítomné skutečnosti	256

EXPERIMENT 2: Vnímání protikladných sil	265
EXPERIMENT 3: Pozornost a koncentrace	276
EXPERIMENT 4: Odlišování a sjednocování	284
 Kapitola 3: Technika uvědomování	 293
EXPERIMENT 5: Vzpomínání	293
EXPERIMENT 6: Zostřování tělesného smyslu	300
EXPERIMENT 7: Prožívání kontinuity emocí	312
EXPERIMENT 8: Verbalizování	321
EXPERIMENT 9: Integroující uvědomování	326
 Kapitola 4: Zaměřené uvědomování	 330
EXPERIMENT 10: Přeměna konfluence na kontakt	330
EXPERIMENT 11: Přeměna úzkosti na vzrušení	340
 Kapitola 5: Modifikovaná situace	 348
 Kapitola 6: Retroflexe	 354
EXPERIMENT 12: Zkoumání nesprávně zaměřeného chování	354
EXPERIMENT 13: Mobilizování svalů	366
EXPERIMENT 14: Provádění opětovně obráceného úkonu	378
 Kapitola 7: Introjekce	 391
EXPERIMENT 15: Introjиковání a jezení	391
EXPERIMENT 16: Vypuzování a stravování introjektů	398
 Kapitola 8: Projekce	 409
EXPERIMENT 17: Odhalování projekcí	409
EXPERIMENT 18: Asimilování projekcí	415