

OBSAH

ÚVOD.....	9
Zprávy o pocitu vlastní hodnoty a krizích identity	11
Zakoušení identity	14
Kontinuita a koherence	15
 PROSTORY, VE KTERÝCH ZAKOUŠÍME IDENTITU	19
Tělo jako základ prožívání identity	19
Sexualita	21
Vztahová síť	22
Práce a výkon	23
Hodnotové postoje.....	24
Fantazie.....	25
Kreativita	26
 POCIT VLASTNÍ HODNOTY A IDENTITA.....	27
Význam emocí	27
Emoce jako komplexní regulační systémy	29
Pocit vlastní hodnoty jako základní emoce	30
Vývoj pocitu vlastní hodnoty	31
Pocit vlastní hodnoty ve všedním životě	33
Vývoj sebecitu	34
Vývojové stupně pociťování sebe	35
Sebecit, pociťování sebe a pocit vlastní hodnoty.....	37
Citová vazba.....	41
Nezbytnost uznání.....	44

KLASICKÁ TEORIE IDENTITY: ERIK H. ERIKSON	47
Erikson: Nadaný svéráz.....	48
Ústřední aspekty identity	50
Témata identity.....	51
Kritika	58
Psychosociální moratorium.....	60
Přechody ve stavech identity.....	61
Přechod od přejaté identity k identitě vypracované	64
Aspekty ženské adolescence.....	65
Utváření a změna identity.....	68
Přechod přes nové modely	70
Imitace a identifikace.....	71
Od identifikace k identitě	72
Jak se identita mění?.....	75
 PERSONA A STÍN	81
Za personou se skrývá stín.....	85
 PRAVÉ A FALEŠNÉ SELF – NEBOLI NEPRAVÁ IDENTITA.....	87
Soukromé self	89
Sebeodcizení	91
Dilema.....	92
 INDIVIDUAČNÍ PROCES PODLE C. G. JUNGA	95
Bytostné Já v jungiánské psychoterapii	98
Symbyly jako ukazatele na cestě individuací	100
Individuační proces a společnost	104
 AUTOBIOGRAFIE: IDENTITA V KONTINUITĚ	107
Autobiografická vyprávění	108
Vzpomínání	111
Epizody jako symbyly.....	117
Funkce archiváře a vypravěče mýtů	120
Změny a doplnění	121
Odpojení od vzpomínek.....	122
Začátek autobiografické paměti.....	125
Plán do budoucna.....	126

Fiktivní životopis.....	128
Životní přechody významné pro identitu	129
Svědkové dobové historie	132
Když život nebyl takový, jak jsme si jej představovali.....	132
Aktivní zapomínání	134
Souhlas se sebou.....	137
Rodinné příběhy	139
Autobiografie a terapie	140
Kontinuita – koherence – disociace	143
Traumatizující zkušenosti	144

NA CESTĚ K DOBRÉMU POCITU VLASTNÍ HODNOTY

A K VLASTNÍ IDENTITĚ	149
Zdroje pocitu vlastní hodnoty a jeho ohrožení	149
Co ohrožuje dobrý pocit vlastní hodnoty?	150
Pocit vlastní hodnoty a hodnocení okolím.....	151
Pocit vlastní hodnoty, sebepřijetí a přijetí ze strany druhých	152
Ochrana pocitu vlastní hodnoty	154
Co dále přispívá k dobrému pocitu vlastní hodnoty?.....	156
Srovnání s druhými	158
Pocit vlastní hodnoty a ostatní emoce.....	165

STAROST O IDENTITU A POCIT VLASTNÍ HODNOTY

DODATEK	171
Ujasnění pojmů	171
Poděkování.....	177

BIBLIOGRAFIE	179
Česká bibliografie.....	185