

Preamble	6
I. Somatická psychoterapie – sanoterapie	26
I.1. Holistický přístup k člověku v sanoterapii	26
I.2. Psychofyzický problém	29
I.3. Pojetí emocionality pro klinickou praxi	43
I.4. Pojetí osobnosti pro klinickou praxi	59
I.4.1. Elementární struktura sebekoncepce a její základní komponenty	63
I.4.2. Vývojový aspekt v klinicko-psychologickém pojetí osobnosti	66
I.4.3. Poruchy osobnosti	72
I.4.4. Psychické obrany já	80
I.4.5. Komplexní obranné charakterové struktury	87
I.5. Zdroje somatické psychoterapie – sanoterapie	121
I.5.1. Elementární teze z anatomie a fyziologie pohybového ústrojí	121
I.5.2. Základy neurověd	128
I.5.3. Základy embryologie	139
I.5.4. Psychosomatika	147
I.5.4.1. Stručná historie psychosomatiky	150
II. Historie somatické psychoterapie, včetně sanoterapie	155
II.1. Psychický element v somatické psychoterapii, včetně sanoterapie	159
II.2. Somatický element v somatické psychoterapii, včetně sanoterapie	179
III. Základní cíle a formy kontaktu terapeuta s klientem v somatické psychoterapii, včetně sanoterapie	196
III.1. Program somatické psychoterapie – sanoterapie	196
III.2. Přínos bezpečného a jistého terapeutického prostředí	199
III.3. Slovo v terapeutickém vztahu terapeuta a klienta	200
III.4. Některé bazální otázky zahajující terapeutický proces	200
III.5. Zvládání agresivních námitek	201
III.6. Projev některých převažujících osobnostních charakteristik a povahových rysů v jednání klienta	203
IV. Některá základní témata v somatické psychoterapii, včetně sanoterapie v heslech	206

V. Stručný nástin sanoterapeutického scénáře a některé jeho prvky	225
V.1. Některé prvky sanoterapeutického scénáře	226
<i>V.1.1. Vybrané postupy pro uzemnění (grounding)</i>	226
<i>V.1.2. Vybrané postupy práce s dechovou vlnou (centering)</i>	229
<i>V.1.3. Vybrané postupy práce s agresí a vztekem</i>	231
<i>V.1.4. Zkouška integrity a stability</i>	233
<i>V.1.5. Témata imaginativní části sanoterapeutického scénáře</i>	234
<i>V.1.6. Arteterapeutická témata v sanoterapeutickém scénáři</i>	235
VI. Meditace v sanoterapii a příklady relaxačních postupů	237
VI.1. Meditace v sanoterapii – od hodinové po čtyřhodinovou	237
VI.2. Příklady relaxačních postupů	237
VII. Speciální cvičení pro prohloubení součinnosti pravé a levé hemisféry s cílem zlepšit si paměť	244
Literatura	250