

Spis treści

Wstęp do wydania polskiego (*Phil Zimbardo*) 9

Wprowadzenie (*Phil Zimbardo, Bob Johnson, Vivian McCann*) 11

1 OSOBOWOŚĆ: TEORIE DOTYCZĄCE OSOBY JAKO CAŁOŚCI 21

1.1 JAKIE CZYNNIKI KSZTAŁTUJĄ OSOBOWOŚĆ? 27

Biologia, natura ludzka i osobowość 28

Wpływ wychowania: osobowość a środowisko 30

Wpływy natury: dyspozycje i procesy psychiczne 31

Społeczne i kulturowe uwarunkowania osobowości 31

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Rozumienie niezwykłych ludzi i wyjaśnianie niezwykłych zachowań 32

1.2 JAKIE STAŁE WZORCE LUB DYSPOZYCJE SKŁADAJĄ SIĘ NA OSOBOWOŚĆ? 35

Osobowość a temperament 36

Osobowość jako zespół cech 38

Zaburzenia osobowości 44

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Określanie własnego typu osobowości 46

1.3 JAKIE PROCESY PSYCHICZNE ZACHODZĄ W OSOBOWOŚCI? 49

Teorie psychodynamiczne: nacisk na motywację i zaburzenia psychiczne 51

Teorie humanistyczne: nacisk na ludzkie możliwości i zdrowie psychiczne 71

Teorie społeczno-poznawcze: nacisk na uczenie się społeczne 76

Trendy współczesne: osoba w systemie społecznym 81

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Zastosowanie psychologii do uczenia się psychologii 82

1.4 JAKIMI „TEORIAMI” POSŁUGUJĄ SIĘ LUDZIE, ABY ROZUMIEĆ SIEBIE I INNYCH? 84

Ukryte teorie osobowości 85

Autonarracje: opowieści o naszym życiu 86

Wpływ kultury na nasze poglądy dotyczące osobowości 88

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Tworzenie teorii osobowości na własny użytek 91

WŁĄCZ MYŚLENIE KRYTYCZNE

Kontrowersja osoba–sytuacja 93

PODSUMOWANIE ROZDZIAŁU 96

2 ZABURZENIA PSYCHICZNE 103

2.1 CZYM SĄ ZABURZENIA PSYCHICZNE? 109

Ewolucja poglądów na zaburzenia psychiczne 112

Wskaźniki nienormalności 116

Ostrzeżenie dla czytelników 118

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Niepoczytalność jako okoliczność wyłączająca odpowiedzialność karną 120

2.2 JAK SĄ KLASYFIKOWANE ZABURZENIA PSYCHICZNE W DSM-IV? 122

Ogólna charakterystyka systemu klasyfikacyjnego DSM-IV 123

Zaburzenia nastroju 125

Zaburzenia lękowe 132

Zaburzenia pod postacią somatyczną 138

Zaburzenia dysocjacyjne 140

Schizofrenia 144

Zaburzenia rozwojowe 150

Zaburzenia przystosowania i inne stany kliniczne 153

Różnice między płciami w zakresie zaburzeń psychicznych 154

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Nieśmiałość 155

2.3 JAKIE SĄ KONSEKWENCJE ETYKIETOWANIA LUDZI? 156

Etykiety diagnostyczne, etykietowanie i depersonalizacja 157

Kontekst kulturowy zaburzeń psychicznych 158

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Zastosowanie psychologii do uczenia się psychologii 160

WŁĄCZ MYŚLENIE KRYTYCZNE

Ponowne odwiedziny w szpitalach psychiatrycznych
– inne spojrzenie na badanie Rosenhana 161

PODSUMOWANIE ROZDZIAŁU 165

3

TERAPIE ZABURZEŃ PSYCHICZNYCH 171

3.1 CZYM JEST TERAPIA? 176

Decyzja o rozpoczęciu terapii 177

Przymierze terapeutyczne i cele terapii 178

Terapia w kontekście historycznym i kulturowym 181

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Paraprofesjonaliści również prowadzą terapię 184

3.2 W JAKI SPOSÓB PSYCHOLODZY LECZĄ ZABURZENIA PSYCHICZNE? 186

Terapie wglądowe 186

Terapie behawioralne 198

Terapia poznawczo-behawioralna: synteza 205

Ocena terapii psychologicznych 209

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Gdzie większość ludzi otrzymuje pomoc? 212

3.3 W JAKI SPOSÓB STOSUJE SIĘ PODEJŚCIE BIOMEDYCZNE W LECZENIU ZABURZEŃ PSYCHICZNYCH? 215

Farmakoterapia 215

Inne medyczne terapie zaburzeń psychicznych 223

Hospitalizacja i jej alternatywy 226

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Jaki rodzaj terapii mógłbyś polecić? 229

3.4 JAK WYPADA PORÓWNANIE TERAPII PSYCHOLOGICZNYCH I BIOMEDYCZNYCH? 232

Depresja: leczenie psychologiczne a leczenie medyczne 233

Zaburzenia lękowe: leczenie psychologiczne
a leczenie medyczne 235

Schizofrenia: leczenie psychologiczne a leczenie medyczne 235

„Studnia zmartwień”: nie wszyscy potrzebują leków 236

ZAGADNIENIE PSYCHOLOGICZNE

Zastosowanie psychologii do uczenia się psychologii 237

WŁĄCZ MYŚLENIE KRYTYCZNE

Stosowanie terapii opartej na dowodach naukowych 238

PODSUMOWANIE ROZDZIAŁU 244

Słownik pojęć 250

Bibliografia 256

Indeks nazwisk 276

Wykaz źródeł ilustracji 280

