

# TURINYS

PSICHOTERAPIJA KAIP NUOLATINĖ GYVENIMO  
REPETICIJA 11

ĮVADAS 13

PADĖKA 23

- 1 SKYRIUS Pašalinkite augimo kliūtis 25
- 2 SKYRIUS Venkite diagnozių 28
- 3 SKYRIUS Terapeutas ir pacientas kaip „kelionės bičiuliai“ 31
- 4 SKYRIUS Įtraukite pacientą 36
- 5 SKYRIUS Palaikykite pacientus 38
- 6 SKYRIUS Empatija: žiūrėjimas pro paciento langą 42
- 7 SKYRIUS Mokykite empatijos 47
- 8 SKYRIUS Tegul pacientas jums būna svarbus 50
- 9 SKYRIUS Pripažinkite savo klaidas 54
- 10 SKYRIUS Kiekvienam pacientui sukurkite naują terapiją 56
- 11 SKYRIUS Terapinis veiksmas, o ne žodis 60
- 12 SKYRIUS Užsiimkite asmenine terapija 63
- 13 SKYRIUS Terapeutas turi daug pacientų, pacientas - tik vieną  
terapeutą 67
- 14 SKYRIUS *Čia ir dabar* principas - naudokite, naudokite,  
naudokite 69

- 15 SKYRIUS Kodėl naudotinas *čia ir dabar* principas? 70
- 16 SKYRIUS *Čia ir dabar* principo naudojimas - išlavinkite savo klausą 72
- 17 SKYRIUS Ieškokite *čia ir dabar* atitikmenų 76
- 18 SKYRIUS Darbas su problemomis *čia ir dabar* 81
- 19 SKYRIUS *Čia ir dabar* suteikia terapijai energijos 85
- 20 SKYRIUS Pasinaudokite savo jausmais 88
- 21 SKYRIUS *Čia ir dabar* komentarus išsakykite atsargiai 91
- 22 SKYRIUS Viskas, kas vyksta *čia ir dabar* yra naudinga 92
- 23 SKYRIUS Kiekvieną kartą patikrinkite, kas vyksta *čia ir dabar* 5
- 24 SKYRIUS Ką tu man pamelavai? 96
- 25 SKYRIUS Tuščias ekranas? Pamiškite tai! Būkite realistai 97
- 26 SKYRIUS Trys terapeuto atsiskleidimo būdai 105
- 27 SKYRIUS Terapijos mechanizmas - būkite atviri 106
- 28 SKYRIUS *Čia ir dabar*: jausmų atskleidimas - būkite apdairūs
- 29 SKYRIUS Terapeuto asmeninio gyvenimo atskleidimas - būkite atsargūs 112
- 30 SKYRIUS Savo asmeninio gyvenimo atskleidimas - būkite apdairūs 116
- 31 SKYRIUS Terapeuto atvirumas ir universalumas 119
- 32 SKYRIUS Pacientai priešinsis jūsų atsivėrimui 121
- 33 SKYRIUS Venkite apgaulingos pagalbos 124
- 34 SKYRIUS Nuvesti pacientus toliau, nei esate nuėję patys 126
- 35 SKYRIUS Kai pagalbą suteikia pacientas 128
- 36 SKYRIUS Padrąsinkite paciento atsiskleidimą 131
- 37 SKYRIUS Atgalinis ryšys psichoterapijoje 134
- 38 SKYRIUS Atgalinį ryšį suteikite efektyviai ir švelniai 137
- 39 SKYRIUS Gerinkite atgalinio ryšio priėmimą naudodami „dalis“
- 40 SKYRIUS Atgalinis ryšys: kalkite, kai geležis šalta 142

41 SKYRIUS	Pokalbis apie mirtį	145	
42 SKYRIUS	Mirtis ir gyvenimo sustiprinimas	147	
43 SKYRIUS	Kaip kalbėti apie mirtį	150	
44 SKYRIUS	Pokalbis apie gyvenimo prasmę	154	
45 SKYRIUS	Laisvė	158	
46 SKYRIUS	Pagalba pacientams prisiimti atsakomybę	160	
47 SKYRIUS	Niekada (beveik niekada) nenuspręskite už pacientą	163	
48 SKYRIUS	Sprendimai: <i>Via Regia</i> į pagrindinius egzistencinius principus	167	
49 SKYRIUS	Sutelkite dėmesį į pasipriešinimą sprendimams	169	
50 SKYRIUS	Išsąmoninti padėkite patarimais	171	
51 SKYRIUS	Sprendimų palengvinimas - kitos priemonės	176	
52 SKYRIUS	Terapija kaip besitęsiantis susitikimas	179	
53 SKYRIUS	Kiekvieną susitikimą užrašykite	181	
54 SKYRIUS	Skatinkite savistabą	182	
55 SKYRIUS	Kai jūsų pacientas verkia	183	
56 SKYRIUS	Leiskite sau pertrauką tarp pacientų	185	
57 SKYRIUS	Savo dilemas išreikškite atvirai	187	
58 SKYRIUS	Apsilankykite namuose	190	
59 SKYRIUS	Nesureikšminkite paaiškinimų	193	
60 SKYRIUS	Terapiją spartinančios priemonės	197	
61 SKYRIUS	Terapija kaip generalinė gyvenimo repeticija	200	
62 SKYRIUS	Panaudokite pirminį nusiskundimą kaip svertą	202	
63 SKYRIUS	Nebijokite paliesti paciento	205	
64 SKYRIUS	Niekuomet nebūkite seksualūs su pacientais	209	
65 SKYRIUS	Atkreipkite dėmesį į sukaktis ir gyvenimo datas	213	
66 SKYRIUS	Niekuomet neignorruokite „terapijos nerimo“	215	
67 SKYRIUS	Daktare, pašalinkite mano nerimą	218	
68 SKYRIUS	Buvimas meilės budeliu	219	

69 SKYRIUS	Anamnezės rinkimas	224
70 SKYRIUS	Pacientų dienotvarkė	226
71 SKYRIUS	Kiek žmonių paciento gyvenime?	228
72 SKYRIUS	Pasikalbėkite su pacientui reikšmingu žmogumi	229
73 SKYRIUS	Panagrinėkite ankstesnę terapiją	231
74 SKYRIUS	Pasidalijimas šešėliu	233
75 SKYRIUS	Freudas ne visuomet klydo	235
76 SKYRIUS	KET nėra tokia gera kaip kalbama...	240
77 SKYRIUS	Sapnai - naudokite, naudokite, naudokite	243
78 SKYRIUS	Išsami sapno interpretacija? Pamiškite tai!	245
79 SKYRIUS	Sapnus panaudokite pragmatiškai: apiplėšimas ir grobis	
80 SKYRIUS	Išmokite keletą sapno tyrinėjimo metodų	254
81 SKYRIUS	Apie paciento gyvenimą sužinokite iš sapnų	257
82 SKYRIUS	Atkreipkite dėmesį į pirmąjį sapną	263
83 SKYRIUS	Atidžiai pasidomėkite sapnais apie terapeutą	266
84 SKYRIUS	Saugokitės profesinių pavojų	271
85 SKYRIUS	Branginkite profesines privilegijas	276
	PASTABOS	281