

Spis treści

Słowo wstępne	5
Wprowadzenie	7
1. Model Równowagi („Cztery jakości życia”)	9
1.1. Wymiar pierwszy. Ciało/zmysły	11
1.2. Wymiar drugi. Działanie/osiągnięcia	11
1.3. Wymiar trzeci Kontakt	11
1.4. Wymiar czwarty. Przyszłość	12
2. Model Równowagi jako narzędzie diagnostyczne	14
2.1. Rozkład energii w czterech obszarach aktywności życiowej	14
2.2. Typy reakcji w sytuacji konfliktu	16
2.3. Lokalizacja objawów i konfliktów	17
2.4. Model Równowagi a źródła stresu i higiena psychiczna	23
Obszar ciała (stres fizjologiczny)	24
Obszar osiągnięć/pracy (stres organizacyjny)	24
Obszar kontaktów/relacji (stres relacyjny)	25
Obszar fantazji (stres egzystencjalny)	25
3. Model Równowagi a zasoby psychologiczne i systemowe	26
4. Model Równowagi a potencjalności aktywne	27
5. Trzy Etapy Interakcji	33
5.1. Etapy interakcji w rozwoju biologicznym człowieka	33
5.2. Etapy interakcji w rozwoju psychicznym człowieka	34
Etap 1. Przyłączenie	34
Etap 2. Zróznicowanie	35
Etap 3. Oddzielenie	36
5.3. Trzy Etapy Interakcji w relacji terapeutycznej	36
Etap 1. Przyłączenie	37
Etap 2. Zróznicowanie	38
Etap 3. Oddzielenie	39
5.4. Trzy Etapy Interakcji w ujęciu dynamicznym	41
5.5. Trzy Etapy Interakcji – kazuistyka	43
Piśmiennictwo	52