

Spis treści

Wprowadzenie	11
-------------------------------	-----------

Rozdział 1

Poradnictwo psychologiczne (Jan Czesław Czabała)	16
Wstęp	16
1.1. Zdrowie psychiczne, wskaźniki i uwarunkowania	17
1.2. Kryzysy rozwojowe	20
1.3. Poradnictwo psychologiczne	22
1.3.1. Rodzaje zmian potrzebnych do poradzenia sobie z trudnościami	23
1.3.2. Proces poradnictwa pozwalający na osiągnięcie zmian	23
1.4. Wiedza i umiejętności potrzebne profesjonalistom w dziedzinie poradnictwa psychologicznego	38
1.5. Problemy etyczne w poradnictwie psychologicznym	43
Podsumowanie	43

Rozdział 2

Psychospołeczne uwarunkowania trudności związanych z realizacją zadań rozwojowych (Ewa Sokołowska)	45
Wstęp	45
2.1. Zadania rozwojowe pojawiające się w życiu człowieka	48
2.1.1. Rodzaje zadań rozwojowych	48
2.1.2. Czynniki warunkujące realizację zadań rozwojowych	60
2.2. Uwarunkowania trudności związanych z realizacją zadań rozwojowych	68
2.2.1. Psychologiczne uwarunkowania trudności związanych z realizacją zadań rozwojowych	69
2.2.2. Uwarunkowania społeczne trudności związanych z realizacją zadań rozwojowych	74
Podsumowanie	80

Rozdział 3

Poradnictwo dla rodziców dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym (Witold Pawliczuk)	82
Wstęp	82
3.1. Zadania rozwojowe dziecka w okresie przedszkolnym i szkolnym	83
3.1.1. Okres przedszkolny (3–5 lat) – wybrane zagadnienia	83

3.1.2. Okres szkolny (6–11 lat) – wybrane zagadnienia	85
3.2. Trudności w realizacji zadań rozwojowych wynikające ze wzorca przywiązania	86
3.3. Trudności w realizacji zadań rozwojowych wynikające z temperamentu	88
3.4. Oddziaływania behawioralne w pracy z dziećmi	90
3.4.1. Podstawy behawioryzmu, czyli co to jest zachowanie, rodzaje warunkowania, wzmocnienia oraz kary behawioralne	90
3.4.2. Praca na poprzeczce	93
3.4.3. Analiza behawioralna według Carol Sutton	93
3.4.4. Zasady (działanie w punkcie A)	94
3.4.5. Nagrody, przywileje i pochwały behawioralne (działanie w punkcie C)	94
3.4.6. Konsekwencje (działanie w punkcie C)	96
3.4.7. Wybuch agresji impulsywnej (działanie w punktach A, B i C)	97
3.5. Oddziaływania behawioralne w specyficznych problemach u dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym	99
3.5.1. Lęk separacyjny	99
3.5.2. Moczenie mimowolne nieorganiczne	100
3.5.3. Zaniżona samoocena	102
3.5.4. Dziecko nieposłuszne	103
3.6. Oddziaływania wpływające na modyfikację środowiska dziecka	104
3.7. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa	105
3.7.1. Rodzina „przemocowa”	105
3.7.2. Opiekunowie z dużymi wymaganiami wobec dziecka	106
3.7.3. Opiekunowie lękowi	106
3.7.4. Rodzice niezaangażowani	106
Podsumowanie	107

Rozdział 4

Poradnictwo psychologiczne w okresie adolescencji (Witold Pawliczuk) . . .	109
Wstęp	109
4.1. Zadania rozwojowe okresu adolescencji (12–18 lat) – wybrane zagadnienia . . .	109
4.2. Metody pracy z adolescentem	111
4.2.1. Dialog ukierunkowany	112
4.2.2. Inne techniki przydatne w pracy z adolescentem	113
4.2.3. Dialog motywujący	115
4.3. Metody pracy z rodzicem adolescenta	116
4.4. Oddziaływania w specyficznych problemach adolescentów	117
4.4.1. Pomoc w budowaniu własnej tożsamości	117
4.4.2. Lęk przed byciem ocenianym przez innych	118
4.4.3. Bunt nastoletni	119
4.4.4. Eksperymentowanie z używkami	120
4.4.5. Przemoc rówieśnicza	124
4.4.6. Próby samobójcze	126

4.5. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa	128
Podsumowanie	129

Rozdział 5

Poradnictwo psychologiczne dla osób w okresie średniej dorosłości (Sylvia Kluczyńska)	131
--	-----

Wstęp	131
5.1. Zadania rozwojowe w okresie średniej dorosłości	132
5.1.1. Wspomaganie rozwoju dorastających dzieci	133
5.1.2. Opieka nad starzejącymi się rodzicami	134
5.1.3. Praca zawodowa	134
5.2. Wybrane trudności pojawiające się w realizowaniu zadań rozwojowych w okresie średniej dorosłości	135
5.2.1. Trudności w pełnieniu ról w rodzinie	135
5.2.2. Kryzysy wieku średniego	143
5.2.3. Specyficzne trudności kobiet w wieku średnim	144
5.2.4. Specyficzne trudności mężczyzn w wieku średnim	147
5.2.5. Trudności w pracy zawodowej	148
5.3. Wybrane metody pomocy osobom w okresie średniej dorosłości	150
5.3.1. Praca nad konstruktywnym wyrażaniem emocji	151
5.3.2. Psychoedukacja	152
5.3.3. Praca nad rozpoznawaniem niekorzystnego sposobu myślenia	152
5.3.4. Wzmacnianie samooceny	153
5.3.5. Szukanie nowych rozwiązań i możliwości	154
5.3.6. Wsparcie społeczne	155
5.3.7. Techniki radzenia sobie ze stresem	155
5.3.8. Rozwój osobisty	156
Podsumowanie	156

Rozdział 6

Poradnictwo psychologiczne dla osób w okresie późnej dorosłości (Stanisława Steuden)	158
---	-----

Wstęp	158
6.1. Charakterystyka okresu późnej dorosłości	159
6.1.1. Fizjologiczny wymiar starzenia się i starości	159
6.1.2. Przystosowanie do starości	163
6.2. Trudności pojawiające się w realizowaniu zadań rozwojowych w okresie późnej dorosłości	168
6.3. Dolegliwości nasilające się z wiekiem	172
6.1.1. Zaburzenia widzenia	173
6.1.2. Zaburzenia słuchu	175
6.1.1. Zaburzenia ośrodkowe	176
6.1.2. Zaburzenia psychiczne	178
6.4. Metody pomocy osobom w okresie późnej dorosłości	180
Podsumowanie	185

Rozdział 7**Poradnictwo par.**

Paradygmat poznawczo-behawioralny (Wojciech Stefaniak)	188
Wstęp	188
7.1. Utrzymanie pozytywnego poziomu satysfakcji ze związku	190
7.1.1. Trudności na poziomie zachowań wpływające na możliwości utrzymania satysfakcji ze związku	191
7.1.2. Trudności pojawiające się na poziomie przetwarzania poznawczego wpływające na możliwości utrzymania satysfakcji ze związku	195
7.2. Diagnoza sytuacji pary	202
7.2.1. Styl przywiązania	202
7.2.2. Style relacji i interakcji w parze	205
7.2.3. Uwarunkowania psychiczne i osobowościowe partnerów	207
7.3. Metody pomocy osobom doświadczającym trudności w związku	209
7.3.1. Interwencje behawioralne	209
7.3.2. Interwencje poznawcze	216
7.4. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa par	222
7.4.1. Gotowe rozwiązania problemów czy raczej narzędzia do ich rozwiązania?	222
7.4.2. Brak gotowości do współpracy	222
7.4.3. Trudności z zachowaniem zasady symetrycznego traktowania partnerów przez doradcę	224
7.4.4. Trudności wynikające z osobowości, doświadczeń i systemu przekonań prowadzącego poradnictwo	224
Podsumowanie	225

Rozdział 8

Poradnictwo rodzinne (Irena Jelonkiewicz)	228
--	-----

Wstęp	228
8.1. Trudności pojawiające się w realizowaniu zadań rozwojowych rodziny	230
8.1.1. Systemowe rozumienie rodziny	230
8.1.2. Koncepcja cyklu życia rodzinnego	233
8.1.3. Wykorzystanie w poradnictwie rodzinnym różnych podejść teoretycznych: behawioralnego, strukturalnego, strategicznego, ekologicznego, Gestalt	236
8.2. Metody pomocy osobom doświadczającym określonych trudności	241
8.2.1. Pojęcie, cel i funkcja poradnictwa rodzinnego	241
8.2.2. Metody pomocy	243
8.3. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa rodzinnego	252
Podsumowanie	256

Rozdział 9

Poradnictwo psychologiczne w trudnościach szkolnych (Grażyna Fabiszewska)	258
--	-----

Wstęp	258
9.1. Charakterystyka trudności szkolnych	259
9.1.1. Definicje, rodzaje oraz fazy narastania trudności i niepowodzeń szkolnych	259
9.1.2. Przyczyny trudności i niepowodzeń szkolnych	263
9.1.3. Konsekwencje trudności i niepowodzeń szkolnych	264
9.2. Poradnictwo w trudnościach szkolnych	265
9.2.1. Szkoła jako miejsce rozpoznawania pierwszych sygnałów trudności dziecka	265
9.2.2. Poradnictwo w trudnościach szkolnych na terenie poradni psychologiczno-pedagogicznych	268
9.3. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa	288
Podsumowanie	289

Rozdział 10

Poradnictwo psychologiczne dla osób z niepełnosprawnością (Małgorzata Łuba)	291
--	-----

Wstęp	291
10.1. Trudności pojawiające się w realizowaniu zadań rozwojowych	292
10.1.1. Rodzaje niepełnosprawności	293
10.1.2. Proces przystosowania się do niepełnosprawności	295
10.1.3. Zmiany w funkcjonowaniu rodziny	297
10.2. Metody pomocy osobom doświadczającym określonych trudności	299
10.2.1. Budowanie poczucia własnej wartości i wzmacnianie samooceny	299
10.2.2. Zwiększanie zakresu samodzielności i wspieranie komunikowania potrzeb	305
10.2.3. Motywowanie do działania	309
10.2.4. Pomoc w nawiązywaniu kontaktów z innymi	314
10.2.5. Wspieranie relacji intymnych	317
10.3. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa	318
10.3.1. Przekonania utrudniające pracę z osobami z niepełnosprawnością	318
10.3.2. Przejmowanie odpowiedzialności za proces zmiany	319
10.3.3. Złość na brak aktywności	320
10.3.4. Obawa przed stawianiem wymagań	321
Podsumowanie	321

Rozdział 11

Poradnictwo psychologiczne dla osób chorych somatycznie (Lidia Zabłocka-Żytka)	323
---	-----

Wstęp	323
11.1. Konsekwencje choroby somatycznej w obszarze psychospołecznego funkcjonowania chorego i realizacji zadań rozwojowych	324
11.1.1. Funkcjonowanie emocjonalne	324
11.1.2. Funkcjonowanie poznawcze	327

11.1.3. Funkcjonowanie społeczne	327
11.1.4. Obraz siebie, samoocena	331
11.1.5. Sfera fizyczna	332
11.2. Poradnictwo psychologiczne w chorobie somatycznej	332
11.2.1. Techniki wykorzystywane w poradnictwie psychologicznym dla chorych somatycznie	334
11.2.2. Poradnictwo na poszczególnych etapach radzenia sobie z chorobą somatyczną	339
11.2.3. Specyfika poradnictwa dla chorych somatycznie	341
11.2.4. Dlaczego poradnictwo psychologiczne?	345
11.3. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa	346
Podsumowanie	348

Rozdział 12

Poradnictwo psychologiczne dla osób z poważnymi zaburzeniami psychicznymi i dla ich rodzin (Beata Hintze)	350
Wstęp	350
12.1. Trudności pojawiające się w realizowaniu zadań rozwojowych	351
12.1.1. Konsekwencje zachorowania w różnych okresach życia	351
12.2. Diagnoza psychologiczna w zaburzeniach psychicznych – pomoc w zrozumieniu problemów pacjenta, podstawa dalszej pracy terapeutycznej	356
12.2.1. Zaburzenia myślenia w psychozach	356
12.2.2. Zaburzenia poznawcze	359
12.3. Metody pomocy osobom doświadczającym określonych trudności	361
12.3.1. Metody pomocy osobom z pierwszym epizodem choroby i ich bliskim	362
12.3.2. Metody pomocy osobom z kilkuletnim przebiegiem choroby i ich rodzinom	365
12.3.3. Metody pomocy osobom z zaburzeniami psychicznymi z problemami w funkcjonowaniu poznawczym	368
12.3.4. Pomoc w radzeniu sobie z psychologicznymi i społecznymi konsekwencjami zaburzeń psychicznych	372
12.3.5. Pomoc psychologowi i rodzinie w sytuacji samobójstwa osoby z zaburzeniami psychicznymi	374
12.4. Dylematy i trudności w procesie poradnictwa	375
Podsumowanie	378

Bibliografia	380
-------------------------------	------------

O Autorach	412
-----------------------------	------------