

SADRŽAJ

UVODNA REČ	5
ŠTA MOŽEMO ZNATI?	9
IZVORI SAZNANJA	12
EMPIRIZAM	12
RACIONALIZAM	16
DOMETI SAZNANJA	29
REALIZAM	30
IDEALIZAM	35
ZNANJE POD LUPOM	45
DEFINICIJA ZNANJA	47
Dileme i osporavanja definicije znanja	49
SKEPTICIZAM	53
Dekartov zli demon	54
Enesidemovi tropi	57
Agripina trilema	61
Rezime	65
ISTINA	69
POJAM ISTINE	70
TEORIJE ISTINE	73
Teorija evidencije	75
Teorija konsenzusa	76
Teorija interpersonalne verifikacije	77
Teorija koherencije	77
Teorija verifikacije ili neopozitivistička teorija	78
Pragmatistička teorija	82
KRITERIJUM ISTINE	90
EPISTEMOLOŠKA TERAPIJA (ET)	94
KAKO JE TO ISTINA LEKOVITA?	98
OSNOVNI POSTULATI EPISTEMOLOŠKE TERAPIJE	111
NEPRIJATELJ	113
Apriorno neznanje	113
Pseudoznanje	115
Negiranje dostupnih istina	116
TERITORIJA	117
STRATEGIJA I TAKTIKA	118
Definisanje željene promene	122
Sticanje znanja o psihičkom svetu čoveka	123
Uvod u epistemologiju	126
Rušenje svega što nije znanje	130
Izgradnja kritičnosti na osnovu stečenog znanja	134
VOJNICI	137

ORUŽJE	138
Stečeno znanje	139
Logika	142
Sokratovski dijalog	148
KONTRAHAVEŠTAJNA SLUŽBA	157
ZAKLJUČAK	160
PRIMENA EPISTEMOLOŠKE TERAPIJE	
U LIČNOM RASTU I RAZVOJU	162
NEDOSTATAK SAMOVREDNOVANJA JE IZMIŠLJEN PROBLEM ..	169
PACIJENT K.M.	175
Tematizacija brige	175
Roditeljstvo i krivica	181
MENTALNO-HIGIJENSKI ASPEKT ET	192
Neprepoznavanje zbog uhodanih obrazaca reagovanja	195
Informacije koje ne proizvode jake emocije	198
Mehanizmi odbrane – informacije su veoma značajne, ali proizvode neprihvatljiv bol	200
RAZUMEVANJE EMOCIONALNIH PROBLEMA	
U EPISTEMOLOŠKOJ TERAPIJI	208
RELACIJA STRAHA I BESA	212
Princip obrnute srazmere između straha i besa	212
Nastajanje sukoba (konflikta) između besa i straha	214
PROBLEMI SA STRAHOM – UVOD	222
GENERALIZOVANA ANKSIOZNOST	225
Šta je to anksioznost?	225
Psihološka pozadina generalizovane anksioznosti	230
Predispozicija za nastanak generalizovane anksioznosti ...	238
Rezime	245
PANIČNI NAPADI	247
Šta su to panični napadi?	247
Psihološka pozadina paničnih napada	249
Rezime	245
AGORAFBIJA	256
Šta je to agorafobija?	256
Psihološka pozadina agorafobije	257
Rezime	259
TRETMAN GENERALIZOVANE ANKSIOZNOSTI, PANIČNIH NAPADA I AGORAFBIJE	260
Uvod	260
Prihvatanje postojanja pretnje	261
Prihvatanje važnosti – ozbiljnosti pretnje	262
Definisanje okvira pretnje	262
Ime pretnje	264

Prezime pretnje	267
Preispitivanje istinitosti pretnje	269
Saznanje istinite pretnje i rezolucija	272
Kratak osvrt na relaciju straha i besa	273
SOCIJALNA FOBIJA	274
Šta je to socijalna fobija?	274
Psihološka pozadina socijalne fobije	274
Predispozicija za nastanak socijalne fobije	277
Rezime	282
TRETMAN SOCIJALNE FOBIJE	284
OPSESIVNO-KOMPULSIVNI POREMEĆAJ (OKP)	294
Šta je to OKP?	294
Razumevanje stranosti opsesivnih sadržaja	296
Psihološka pozadina nastanka opsesivnih misli	300
Psihološka pozadina nastanka kompulsija	303
Rezime	305
TRETMAN OKP-a	306
DEPRESIJA	315
Povodi i uzroci	317
Predispozicija	319
Razrada predispozicije i uvod u depresiju	329
Razvijena depresija	336
Dinamika agresivnosti kod depresivnih	343
Oporavak od depresije	347
SAMOUBISTVO	350
Suicid i princip bol-zadovoljstvo	352
Dinamika suicida	354
Zaključak	359
TRETMAN DEPRESIJE	361
Prepoznavanje depresivnih simptoma	362
Odlazaka kod psihijatra	363
Depresija neće proći sutra	364
Odnos prema lekovima	365
Primer iz prakse	367
STRES I KRIZA	383
STRES	385
Simptomi stresa	386
Prepoznavanje stresa	388
Psihološka pozadina stresa	390
Zaključak	394
KRIZA	395
Simptomi krize	396
Nastanak krize – psihološka pozadina	398

Primer psihološke pozadine krize	402
Zaključak	403
TRETMAN STRESA I KRIZE	404
TRETMAN STRESA – primer iz prakse	405
TRETMAN KRIZE – primer iz prakse	412
ZAVRŠNA REČ	421