

Оглавление

Благодарности.....	8
Предисловие. Рецепт крепкого здоровья: четыре удовольствия в день и полное исцеление в придачу. ...	11
Вместо введения.....	18
1. КАК БОРЬТЬСЯ С БОЛЕЗНЬЮ?.....	22
Целостный подход к личности, проверенный временем ...	22
Карл Саймонтон и Стефани Мэтьюз Саймонтон. Выводы. ...	24
Психологический аспект болезни, или, точнее, психология больного.....	27
Потеря объекта любви — причина жить	28
Поиск «причины». Попытка ответить на вопрос «почему?»	29
Тревога, испытываемая в связи с диагнозом «рак»	30
Статистика и «предсказания».....	33
Синдром дня рождения	36
Ключевые моменты этого подхода.....	37
Забота о пациенте.....	37
Медицинское сопровождение.....	37
Выявление внешних причин снижения сопротивляемости организма болезням.	37
Помощь в борьбе с тревогой и обучение пациента расслаблению.....	37
Управляемая, активная и позитивная визуализация	38
Помогите организму, визуализируя его борьбу.....	40
Рисунок болезни.....	42
Положительный ментальный образ	42
Физические упражнения.....	45
Доставляем себе удовольствие.....	46
Время для жизни — время для себя	50
Сеть поддержки и любви	52

«Внутренний проводник» или «внутренняя мудрость»	53
Преодолеть обиду.	54
Вторичные выгоды болезни.	55
Говорить ли правду пациенту?	57
Важность отношений между врачом и пациентом	59
Правда и сопровождение пациента	60
О самосбывающихся пророчествах	64
Мотивация, вера в исцеление	66
Согласованность и конгруэнтность	69
Дополнительная психотерапия	70
Изображение болезни и борьбы с ней	71
После двадцати лет опыта	71
Синдром дня рождения	73
Концепция жизнестойкости	74
Надежда.	75
Выжившие и спонтанные ремиссии	79
2. ВОПРОСЫ — ОТВЕТЫ — ОБМЕН МНЕНИЯМИ — КЛИНИЧЕСКИЕ СЛУЧАИ	82
1. Пациент и его проблемы.	83
То, что дает силы жить. Говорить ли правду пациенту?	83
Регрессия смертельных видов рака	89
Пациент — пожилой врач.	100
Депрессия, хандра	104
Личный опыт	105
2. Терапевтическая помощь	107
Ролевая игра и визуализация	107
Отношения врач/пациент	110
Экзистенциальное присутствие.	113
Сила слов и присутствия	116
Доступность.	117
Слушание пациента	118
Уход за пациентами	120
Консультация для прояснения ситуации.	120
Постоянное наблюдение.	122

Помощь по телефону	124
Визуализация: внутренние образы	126
Какой метод визуализации вы используете?	129
Помогают ли записи? Есть ли у вас готовые записи?	129
3. Семейная среда и окружающая среда	132
Поддержка семьи и тех, кто ухаживает за пациентами	132
Предрасполагающие факторы, депрессивные события, «утрата объекта любви»	135
Семейная история нескольких поколений	138
Мы наблюдаем передачу психозов и психических заболеваний внутри семьи по наследству. А как обстоят дела с раком?	140
Социальная перспектива, идентичность и надежда	141
Жить в неопределенности, не теряя надежды	144
4. Медицинский персонал	148
Трудности работы медицинской сестрой в онкологии	148
Пространство, где можно перевести дух и расслабиться ...	152
Помогающие люди — феномен выгорания	152
Лечить других и продолжать жить. Находить время для жизни и отдыха	157
Сотрудничество с врачами и медицинским персоналом ...	159
5. Стремление к исцелению	161
Осознанное управление собственным здоровьем	161
Еда	162
Витамин С	164
Верить в то, что делаешь, и сохранять надежду	166
Важность качественной психотерапии	168
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	173
Резюме подхода в 24 пунктах	180
Приложения	183
Таблицы	216
Резюме нашего подхода	235