

Obsah

Úvod: chorobná závislost — nemoc žízňě	11
1 Smrt a zmrtvýchvstání — život s chorobnou závislostí a spoluzávislost	14
Proces truchlení	14
<i>První fáze: popření</i>	14
<i>Druhá fáze: bolest, zoufalství a vztek</i>	15
<i>Třetí fáze: zpracovávání smutku</i>	16
<i>Čtvrtá fáze: integrace</i>	19
Uzdravování závislého člověka	20
<i>První fáze: popření</i>	20
<i>Druhá fáze: zoufalství, zlost a sebenávist</i>	24
<i>Třetí fáze: aktivní zpracovávání smutku a převzetí odpovědnosti</i>	26
<i>Čtvrtá fáze: zmrtvýchvstání</i>	36
<i>Shrnutí</i>	38
Spoluzávislost	39
<i>Pomáhání — „utišující prostředek“</i>	40
<i>Léčba spoluzávislosti</i>	44
Chorobná závislost — nemoc ztráty smyslu	46
<i>Recidiva po dvou letech</i>	47
<i>Člověk je povinen mít smysl</i>	47
<i>Vize</i>	48
<i>Co dodává životu hloubku a hodnotu?</i>	49
<i>„Duchovní zrození“</i>	50
2 Zpracovávání pocitů viny a studu — od závislého pocitu vlastní hodnoty k nezávislému	51
Podobenství o ztraceném synovi	51
<i>Pocit vlastní hodnoty</i>	58
<i>Jak vzniká nezávislý pocit vlastní hodnoty?</i>	61

	<i>Od závislého pocitu vlastní hodnoty k nezávislému</i>	64
	<i>Drama staršího syna</i>	66
3	Chorobná závislost a struktura osobnosti	71
	Závislá struktura osobnosti a chorobná závislost	72
	<i>Funkce návykové látky</i>	74
	<i>Jak může pacient se závislou poruchou osobnosti poznat, že je nemocný?</i>	74
	<i>Typické problémy během terapie</i>	75
	<i>Typická cesta do recidivy</i>	76
	<i>Šance a pozitivní vývoj</i>	76
	Narcistní struktura osobnosti a chorobná závislost	77
	<i>O vývoji narcistní poruchy osobnosti</i>	79
	<i>Funkce návykové látky</i>	80
	<i>Jak může pacient s narcistní poruchou osobnosti poznat, že je nemocný?</i>	81
	<i>Typické problémy během terapie</i>	81
	<i>Typická cesta do recidivy</i>	82
	<i>Šance a pozitivní vývoj</i>	83
	Hraniční porucha osobnosti a chorobná závislost	83
	<i>Biografické základy</i>	84
	<i>Funkce návykové látky</i>	85
	<i>Jak může pacient s hraniční poruchou osobnosti poznat, že je nemocný?</i>	85
	<i>Typické problémy během terapie</i>	86
	<i>Typická cesta do recidivy</i>	87
	<i>Šance a pozitivní vývoj</i>	87
	Hysterická struktura osobnosti a chorobná závislost	88
	<i>Funkce návykové látky</i>	90
	<i>Jak může hysterik poznat, že je nemocný?</i>	90
	<i>Typické problémy během terapie</i>	91
	<i>Typická cesta do recidivy</i>	91
	<i>Šance a pozitivní vývoj</i>	92
	Nutková struktura osobnosti a chorobná závislost	92

	<i>Funkce návykové látky</i>	93
	<i>Jak může nutkavý pacient poznat, že je nemocný?</i>	93
	<i>Typické problémy během terapie</i>	94
	<i>Šance a pozitivní vývoj</i>	94
	Schizoidní struktura osobnosti a chorobná závislost	94
	<i>Funkce návykové látky</i>	95
	<i>Jak může schizoidní člověk poznat, že je nemocný?</i>	96
	<i>Typické problémy během terapie</i>	96
	<i>Šance a pozitivní vývoj</i>	96
4	Konflikt mezi autonomií a závislostí	
	čili syndrom Michaela Kohlhaase	97
	<i>Zpracovávání konfliktu mezi autonomií a závislostí</i>	102
5	Destruktivní závislé vztahy	107
	<i>Závislost na rodičích</i>	110
	<i>Zpracovávání destruktivních závislých vztahů</i>	110
	<i>Chorobná závislost na lásce a sexu</i>	112
6	Abstinence – dítko svobody	114
	<i>Bezpodmínečná kapitulace</i>	115
	<i>Víra v sebe</i>	117
7	Nelátkové závislosti	118
	Workoholismus	118
	<i>Terapie workoholismu</i>	121
	Chorobná závislost na jídle	122
	<i>Terapie závislosti na jídle</i>	125
	<i>Trvalá abstinence</i>	126
	<i>Zpracování základů nemoci</i>	127
	Mentální anorexie	127
	<i>Hladovění jako návyk</i>	127
	<i>Terapie mentální anorexie</i>	129
	Další nelátkové závislosti	130

	<i>Gamblerství</i>	130
	<i>Chorobná závislost na internetu</i>	131
	<i>Chorobná závislost na sportu</i>	132
	<i>Chorobná závislost na nakupování</i>	132
8	Recidiva	134
	Zpracovávání recidivy	134
	<i>Důvody pro recidivu</i>	135
	<i>„Aura“ recidivy</i>	140
	<i>Konflikt mezi abstinencí a jejím porušením</i>	142
	<i>Chorobná závislost – nemoc zloby</i>	143
	Co si počít s tlakem závislosti?	144
9	Chorobná závislost a sexualita	146
	<i>Sexuální funkční poruchy</i>	146
	<i>Sexuální zneužívání</i>	147
10	Krise během terapie	149
	<i>Přerušování terapie</i>	149
	<i>Zastavení v terapii</i>	151
	<i>Recidiva v průběhu terapie</i>	152
	<i>Zamilování během terapie</i>	153
11	Rozloučení s návykovou látkou – snová cesta	155
	Příloha: Různé druhy chorobných závislostí a jejich povaha	160
	Alkoholismus	160
	<i>Tělesné, nebo psychické onemocnění?</i>	160
	Závislost na lécích	164
	<i>Anxiolytika</i>	165
	<i>Low-dose-závislost (závislost na mírných dávkách)</i>	166
	<i>Hypnotika</i>	166
	<i>Analgetika</i>	166
	<i>Stimulanty</i>	167

Zvláštnosti léčby závislosti na lécích	167
Sebepoškozování	168
<i>Terapie</i>	169

Otázky na závěr	171
----------------------------------	-----

Na závěr	173
---------------------------	-----

Literatura	174
-----------------------------	-----