

Περιεχόμενα

Προλογικό σημείωμα Νίκου Βαϊδάκη	ix
Πρόλογοι επιμελητών.....	xi
Πρόλογος	xv
Εισαγωγή	1

1ο Μέρος

Ενσυνειδητότητα και Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή

1ο Κεφάλαιο: Ο Εγκέφαλος, το Μυαλό και Εσύ	9
2ο Κεφάλαιο: Ενσυνειδητότητα και Γνωσιακή Θεραπεία.....	29
3ο Κεφάλαιο: Ενσυνειδητότητα και Συμπεριφορική Θεραπεία	47
4ο Κεφάλαιο: Ενσυνειδητότητα και Καταναγκασμοί.....	63

2ο Μέρος

Ενσυνειδητότητα και Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία για Συγκεκριμένους Τύπους Ιδεοληψιών

5ο Κεφάλαιο: Αποδοχή, Αξιολόγηση, Δράση.....	85
6ο Κεφάλαιο: Ιδεοψυχαναγκαστική Διαταραχή Σχετιζόμενη με τη Μόλυνση.....	89
7ο Κεφάλαιο: ΙΨΔ Σχετιζόμενη με την Παθολογική Αίσθηση Ευθύνης και τους Καταναγκασμούς Ελέγχου.....	103
8ο Κεφάλαιο: Ακριβώς Έτσι!	113
9ο Κεφάλαιο: ΙΨΔ Πρόκλησης Βλάβης	121
10ο Κεφάλαιο: ΙΨΔ Σχετιζόμενη με τον Σεξουαλικό Προσανατολισμό (Ο-ΙΨΔ).....	133
11ο Κεφάλαιο: ΙΨΔ με Παιδοφιλικό Περιεχόμενο (Π-ΙΨΔ)	145

12ο Κεφάλαιο: ΙΨΔ Σχετιζόμενη με τη Συντροφική Σχέση (Σ-ΙΨΔ).....	157
13ο Κεφάλαιο: ΙΨΔ Σχετιζόμενη με την Παθολογική Ενσυνειδησία.....	169
14ο Κεφάλαιο: ΙΨΔ Σχετιζόμενη με την Υπερβολική Επίγνωση	181

3ο Μέρος

Η Ενσυνειδητότητα, η ΙΨΔ και Εσύ

15ο Κεφάλαιο: Το να Μοιράζεσαι την Εμπειρία της ΙΨΔ Σου	193
16ο Κεφάλαιο: Ενσυνειδητότητα και το να Ακολουθείς την Πορεία.....	201
17ο Κεφάλαιο: Λαμβάνω Βοήθεια.....	211
Πηγές	215
Βιβλιογραφία.....	221