

Оглавление

Предисловие научного редактора	12
Глава 1. Жизнь на автомате	15
Глава 2. Сознание, мозг и то, что имеет значение.....	35
Глава 3. Климат или погода?	63
Глава 4. Кто правит бал?	92
Глава 5. Скрытый пейзаж.....	120
Глава 6. Я бы с радостью, но не могу.....	147
Глава 7. Связь между мозгом, телом и сознанием.....	180
Глава 8. Чего вы хотите от меня?	210
Глава 9. Часть целого.....	243
Глава 10. От стресса к лучшей жизни.....	274
Глава 11. Возвращение домой	303
 Выражение признательности	 329
Приложение А. Глоссарий и техники самопомощи, аудиозаписи и личные таблицы	 332
Приложение В. Выбор терапевта; учебные материалы по EMDR; международные программы гуманитарной помощи EMDR (HAP)	 339
Приложение С. EMDR: результаты исследования и дополнительная литература	 345
Приложение D. Избранные ссылки	355
 Предметный указатель.....	 387