

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	5
--------------------	---

Capítulo I CUESTIONES TERMINOLÓGICAS

1. SALUD, ENFERMEDAD Y VIDA ESPIRITUAL	13
2. PSICOLOGÍA, PSIQUIATRÍA Y PSICOTERAPIA	15
3. PERSONALIDAD, TEMPERAMENTO Y CARÁCTER	17
4. INCONSCIENTE, AFECTIVIDAD Y REACCIONES EMOTIVAS	23
5. LA ENFERMEDAD PSÍQUICA	29
6. SENTIDO DE LA VIDA	34

Capítulo II PSICOLOGÍA ENTRE CIENCIA NATURAL, FILOSOFÍA Y MEDICINA

1. HACIA LA PSICOLOGÍA MODERNA	39
2. TENDENCIAS PSICOANALÍTICAS	42
<i>El Psicoanálisis de Sigmund Freud</i>	42
<i>La Psicología Individual de Alfred Adler</i>	47
<i>La Psicología Analítica de Carl Jung</i>	48
<i>Otras tendencias psicoanalíticas</i>	50
3. EL CONDUCTISMO	55
4. LA PSICOLOGÍA COGNITIVA	58
5. CORRIENTES MÁS HUMANISTAS Y EXISTENCIALES	63
6. LA LOGOTERAPIA DE VIKTOR FRANKL	66
7. TEORÍA DEL APEGO	72
8. OTROS DESARROLLOS DE LA PSICOLOGÍA	75

Capítulo III DESARROLLO Y MADUREZ DE LA PERSONALIDAD

1. CONDICIONES PARA EL DESARROLLO: HERENCIA Y AMBIENTE ..	80
2. CONOCIMIENTO PROPIO, MECANISMOS DE DEFENSA Y AUTO-ESTIMA	82
3. FAMILIA Y SOCIEDAD	91
4. FACTORES QUE LIMITAN EL DESARROLLO	94
5. MOMENTOS ESPECÍFICOS Y ETAPAS CRÍTICAS.....	95
<i>Infancia</i>	96
<i>Adolescencia</i>	98
<i>Adulto joven</i>	100
<i>Crisis de la mediana edad</i>	101
<i>Adulto mayor</i>	103
<i>Vejez</i>	104
6. DIFERENCIAS ENTRE MUJER Y HOMBRE	105
7. MADUREZ Y VIDA CRISTIANA.....	109

Capítulo IV PERSONALIDADES CON FACTORES DE RIESGO

1. EGOCENTRISMO E HIPERREFLEXIÓN.....	123
2. PERFECCIONISMO, VOLUNTARISMO E HIPERRESPONSABILIDAD..	129
3. INESTABILIDAD AFECTIVA	133
4. TENDENCIA AL PESIMISMO Y A LA TRISTEZA.....	134
5. INSEGURIDAD Y ESCRÚPULOS	140
6. VICTIMISMO	143

Capítulo V TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD

1. CLASIFICACIÓN DE LOS TRASTORNOS.....	149
<i>Trastorno esquizoide</i>	150
<i>Trastorno esquizotípico</i>	150
<i>Trastorno paranoide</i>	151
<i>Trastorno antisocial</i>	151
<i>Trastorno borderline (límite)</i>	152
<i>Trastorno histriónico</i>	153
<i>Trastorno narcisista</i>	153
<i>Trastorno por evitación (o ansioso)</i>	154
<i>Trastorno dependiente</i>	154
<i>Trastorno obsesivo-compulsivo</i>	155

2. CÓMO AFRONTAR UN TRASTORNO DE LA PERSONALIDAD.....	157
3. DOBLE PERSONALIDAD Y TRASTORNO DE CONVERSIÓN.....	161
4. TEST PSICOLÓGICOS	163
<i>Test de inteligencia</i>	164
<i>Test de personalidad</i>	165
<i>Autotest de personalidad</i>	167

Capítulo VI ENTRE ENFERMEDAD Y NORMALIDAD

1. DISTINCIÓN ENTRE PSICOSIS Y NEUROSIS.....	176
2. ENFERMEDADES PSICÓTICAS.....	178
<i>Esquizofrenia</i>	178
<i>Trastorno delirante</i>	179
<i>Trastorno psicótico breve</i>	180
<i>Cómo afrontar los síntomas psicóticos</i>	180
3. DEL MIEDO A LA ANSIEDAD	183
<i>Ataques de pánico</i>	186
<i>Fobias</i>	187
<i>Trastorno de estrés post-traumático</i>	188
<i>Trastorno de ansiedad generalizado (TAG)</i>	189
<i>Cómo afrontar la ansiedad</i>	189
4. LA OBSESIÓN Y LA COMPULSIÓN.....	194
<i>Características del trastorno obsesivo-compulsivo (TOC)</i>	195
<i>Cómo afrontar las obsesiones</i>	196
5. TRASTORNOS DEL HUMOR.....	197
<i>Depresión</i>	201
<i>Depresión mayor</i>	204
<i>Trastorno depresivo persistente</i>	205
<i>Depresión reactiva</i>	205
<i>Luto</i>	206
<i>Otros trastornos depresivos</i>	206
<i>Trastorno bipolar</i>	207
<i>Trastorno ciclotímico</i>	208
<i>Cómo afrontar un trastorno del humor</i>	208
6. TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA	213
<i>Anorexia nerviosa</i>	214
<i>Bulimia nerviosa y alimentación incontrolada</i>	214
<i>Cómo afrontar los trastornos del comportamiento alimentario</i>	215
7. DEL USO A LA ADICCIÓN	216
<i>Tóxico-dependencia y alcoholismo</i>	218

<i>Dependencia de internet</i>	220
<i>Otros trastornos del control de los impulsos</i>	222
<i>Cómo afrontar las adicciones</i>	224
8. TRASTORNOS DEL SUEÑO	226
<i>Cómo afrontar los trastornos del sueño</i>	229
9. DESARROLLO NEUROLÓGICO Y TRASTORNOS COGNITIVOS	230
<i>Trastorno por déficit de atención e hiperactividad</i>	230
<i>Cómo afrontar el déficit de atención</i>	231
<i>Trastornos del espectro autístico (autismo)</i>	231
<i>Discapacidad intelectual (retraso mental)</i>	232
<i>Trastornos neuro-cognitivos: demencias</i>	232

Capítulo VII

LA SEXUALIDAD HUMANA Y SUS TRASTORNOS

1. ALTERACIONES PATOLÓGICAS	238
<i>Disfunciones</i>	238
<i>Parafilias</i>	239
<i>Disforia de género (trastorno de identidad de género)</i>	240
<i>Alteraciones cromosómicas y estados intersexuales</i>	242
2. MASTURBACIÓN	244
3. CÓMO AFRONTAR LOS DESÓRDENES DE LA SEXUALIDAD	246
4. HOMOSEXUALIDAD	252
5. QUÉ HACER ANTE EL DESEO HOMOSEXUAL	261

Capítulo VIII

TERAPIAS ESPECÍFICAS DE LA PSIQUE

1. ¿QUÉ PSICOTERAPIA ELEGIR?	268
<i>Psicoterapia ideal</i>	269
<i>Elección del médico o del psicoterapeuta</i>	270
2. LOS MEDICAMENTOS MÁS FRECUENTES	271
3. OTRAS POSIBILIDADES DE TERAPIA	274
4. ¿ES POSIBLE CAUSAR DAÑO PSÍQUICO CON LA TERAPIA?	275
5. APOYO DE LA FAMILIA	276

Capítulo IX

PSICOTERAPIA Y DIRECCIÓN ESPIRITUAL

1. DIFERENCIAS Y CONVERGENCIAS	279
2. CAPACIDAD DE ESCUCHAR EN LA DIRECCIÓN ESPIRITUAL	284

3. LA CONCIENCIA Y EL SENTIMIENTO DE CULPA	287
<i>Examen de conciencia</i>	294
4. EL DESAFÍO DE LA MUERTE	298
5. RELACIÓN MÉDICO – DIRECTOR ESPIRITUAL	303
6. EL SECRETO PROFESIONAL DEL MÉDICO	305
7. VERDADEROS Y FALSOS FENÓMENOS MÍSTICOS	309
8. ¿PUEDEN INTERVENIR LOS ESPÍRITUS MALIGNOS?	314

Capítulo X

LIBERTAD Y RESPONSABILIDAD PSÍQUICA

1. AUTONOMÍA EN LAS DECISIONES DEFINITIVAS.....	319
2. EL ENGAÑO A LA LIBERTAD EN LA INCOHERENCIA VITAL	320
3. ¿SOMOS RESPONSABLES DE LAS ENFERMEDADES?	325
4. RESPONSABILIDAD DEL ENFERMO EN SUS ACTUACIONES	329
5. LIBERTAD Y FUERZA DE RESISTENCIA DEL ESPÍRITU.....	332

Capítulo XI

SALUD MENTAL Y DON PERSONAL A DIOS

1. SALUD DEL CUERPO Y SALUD ESPIRITUAL.....	337
2. PSICOLOGÍA Y VOCACIÓN CRISTIANA	344
3. DISCERNIR LA IDONEIDAD	348
4. EL SENTIDO DEL SUFRIMIENTO	356
5. CRECIMIENTO ESPIRITUAL EN LA ENFERMEDAD	359
CONCLUSIONES.....	363
GLOSARIO	367
BIBLIOGRAFÍA	387
ÍNDICE DE NOMBRES.....	407
ÍNDICE ANALÍTICO.....	425