

Urszula
Struzikowska-Marynicz

**NIE
WSZYSTKO
MUSISZ
NAPRAWIAĆ**

o akceptacji siebie
i mitach wokół psychoterapii

Spis treści

Wstęp • 5

1. Czym jest psychoterapia? • 15

2. O fałszywych wyobrażeniach i mitach
na temat psychoterapii • 55

3. O współczesnym lęku i jego rodzajach • 89

4. Niegotowi na życie • 151

5. Nie jesteś zepsuty! • 187

Podsumowanie • 213

Bibliografia • 219