

## 차례

- 역자 서문 / 3
- 추천의 글 / 7
- 저자 서문 / 15

### 제1부 AEDP의 이론적 토대

**도입** 변화 정서 모델이 걸어온 길 ..... 27

**제1장** 감정 그리고 변형 ..... 35

1. 감정의 본질 / 36
2. 핵심 감정: 변화의 중심 주체 / 41
3. 핵심 감정 경험은 어떻게 치유적인가 / 43
4. 자기와 타인을 품어 주는 환경 / 44
5. 핵심 감정의 완전한 처리와 변화 정서 모델 / 44
6. 치료적 자세와 변화 정서 모델 / 51
7. 요약 / 53

**제2장** 감정의 렌즈로 들여다본 애착 ..... 55

1. 애착 이론에서의 애착, 양육 및 탐색과 AEDP 치료 / 56
2. 재현적 과정: 내적 작동 모델과 성찰적 자기 기능 / 60
3. 애착 현상과 관련된 감정 / 66
4. 요약 / 68



**제3장** 충분히 좋은 양육자와 최적의 이자관계적 과정 ..... 69

- 1. 양육자의 민감한 반응성과 유용성 / 70
- 2. 애착의 안전한 내적 작동 모델과 성찰적 자기 기능 / 71
- 3. 최적의 발달: 매 순간 일어나는 어머니와 아이의 감정적 상호작용 / 80
- 4. 충분히 좋은 양육자의 정서적 유능성 / 87

**제4장** 정신병리의 발달 ..... 91

- 1. 감정을 다루는 세 가지 원칙 / 93
- 2. 견딜 수 없는 감정 경험 / 100
- 3. 모든 것이 무너진다: 참을 수 없는 경험에 직면하는 외로움 / 102
- 4. 중심을 잡을 수 없음: 방어의 도입 / 103
- 5. 정신병리의 적응 모델 / 106
- 6. 병리와 병리적이지 않은 자기 / 107

**제5장** 양육에 대한 이해: 임상 작업에서 성찰적 자기 기능에 대한 사례 ..... 109

- 1. 임상 작업 / 110
- 2. 요약 / 121

**제2부** 치료 방법

**제6장** 구조적 도구로서의 세 가지 대표적 도식 ..... 125

- 1. 갈등 삼각형 / 126
- 2. 자기-타인-정서 삼각형 / 139
- 3. 갈등 삼각형과 자기-타인-정서 삼각형의 관계 / 147
- 4. 비교 삼각형 / 151
- 5. 요약 / 156



### 제7장 핵심 감정 경험의 다양성 ..... 157

1. 범주적 감정 / 159
2. 핵심 상태 / 162
3. 임상적으로 구별되는 AEDP의 다섯 가지 특징 / 172

### 제8장 치유 감정 ..... 181

1. 메타치료적 처리와 변형 감정 / 181
2. 경험적 작업과 성찰적 작업의 교차적 파도 / 182
3. 메타치료적 처리 / 183
4. 숙달된 감정 확인하기와 기쁨과 자부심의 경험 / 185
5. 자기 애도하기와 정서적 고통의 경험 / 186
6. 인정 수용하기와 치유 감정 / 189
7. 인정과 치유 감정의 작업 / 200
8. 요약 / 206

### 제9장 당신은 더 이상 나를 사랑하지 않아: 협력적 구성의 정신역동적 사례개념화를 활용한 사례 ..... 209

1. 정신역동적 이해를 임상적 행동으로 옮기기 위한 세 가지 삼각형 사용하기 / 209
2. 정신역동적 사례개념화: 증상과 매 순간의 변화에서 핵심 문제로 / 210
3. 사례 분석: 아마추어 권투 선수 / 213

## 제3부 개입 전략

### 도입 개입 전략의 개요 ..... 241

### 제10장 관계적 전략 ..... 247

1. 내담자-치료자의 관계 경험 촉진하기 / 248



2. 치료자의 지지와 인정 표현: 치료의 일반적 요소를 치료에 특화된 요소로 만들기 / 251
3. 치료자의 공감적 반응 표현 / 255
4. 치료자의 감정적 경험 표현 / 260
5. 점진적 조율을 통한 친밀감과 친근감 높이기 / 262
6. 내담자와 함께하는 협력 작업 / 264
7. 감정적 관계 경험의 메타처리 / 270

### 제 11장 재구조화 전략 ..... 277

1. 개방과 방어에 대한 변동 추적하기 / 278
2. 방어적 반응 작업하기 / 279
3. 적신호 감정 작업하기 / 285
4. 청신호 감정 작업하기 / 291
5. 자기-타인-정서 삼각형: 자기와 관계 경험의 긍정적 측면 vs 부정적 측면 / 296
6. 비교 삼각형: 반복되는 상호작용 패턴 vs 새롭게 생겨난 상호작용 패턴 / 298
7. 통합 과정: 새로운 자전적 내러티브 창조하기 / 303

### 제 12장 경험적-감정적 전략 ..... 307

1. 진실한 감정적 경험 촉진하기 / 307
2. 거울반응하기와 거울반응 넘어서기 / 309
3. 감정적 경험 명명하기와 인정하기 / 311
4. 특수성과 구체성을 목표로 삼기 / 313
5. 신체적으로 뿌리내린 경험과의 연관성에 초점 맞추기 / 316
6. 심상 작업: 상상된 상호작용과 역동경험적 상관관계 / 322
7. 감정 재구조화: 감정의 경험과 표현 느끼기와 다루기 / 328

### 제 13장 배에서 배로, 가슴에서 가슴으로: 핵심 감정 경험의 전개 사례 ..... 335

1. 첫 번째 심상 작업: 공격적 충동의 둔감화 / 336
2. 두 번째 심상 작업: 심상 작업 계속하기 / 339



3. 세 번째 심상 작업: 정서적 고통 다루기 / 341
4. 네 번째 심상 작업: 회복적 심상 작업을 통해 해리 해결하기 / 343
5. 다섯 번째 심상 작업: 함께하기 / 346
6. 여섯 번째 심상 작업: 정적-관계적 경험의 메타처리 / 347
7. 결론 / 351

**부록**    **한국어판 부록**    ..... 353

1. 서론 / 356
2. AEDP의 두 번째 아바타: 변형과 네 가지 상태의 변형 모델 / 358
3. 결론: 매뉴얼화된 치료에 대한 대안으로서의 현상학에 찬사를 돌리며 / 363

- 참고문헌 / 367
- 찾아보기 / 387