

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	5
ГЛАВА ПЕРВАЯ. ТРЕВОГИ И СОМНЕНИЯ	10
Зачем нужны психологи?	11
Зачем мне знать, как я устроен?	12
Психологи — то же самое, что секта?	16
Психологи научат счастью?.....	20
От чего и как мы защищаемся?.....	23
Будет ли результат?.....	28
Может, обойдемся без психотерапии?	34
Не лучше ли зарыть поглубже?	40
Симптом нам враг или друг?	48
А если не к психологу, а к друзьям?.....	50
Надо ли открывать в себе что-то новое?	53
Стать еще больше собой — как это?	56
Как можно доверить другому свою психику?	64
Но я же себя знаю?.....	69
Может, психологам просто нужны наши деньги?.....	76
От чего становится легче?.....	82
За что же все-таки платят психологам?	86
Регресс вместо прогресса?	91
Что делать с родителями?	100

Все субъективно?	109
И все-таки к психологу?	113
ГЛАВА ВТОРАЯ. РИСК И ПРОБЫ	116
Будут ставить диагнозы?	116
Кому нужны эти дурацкие правила?.....	119
Доверяй, но проверяй?.....	129
Может стать еще хуже?.....	133
Что там, за надежной плитой?	138
Платить за пропуски?!	143
Я же не сумасшедший?!.....	146
Почему это длится так долго?	153
Стать психологом — это просто?!.....	161
ГЛАВА ТРЕТЬЯ. ВМЕСТО ЗАКЛЮЧЕНИЯ	165