

Оглавление

Рецензенты	5
Аннотация	6
Введение	7
Часть 1. Обзор культурно-исторической, социальной, научной эволюции практик осознанности	11
Глава 1. От античного мира до эпохи просвещения ...	11
Глава 2. В период становления научной психологии	18
Глава 3. В мире современного бизнеса	32
Глава 4. Развитие Mindfulness терапии	38
Глава 5. Анализ психотехник и вопросы об осознанности..	59
Часть 2. Синергетическая эволюция организма, нервной системы и самосознания	63
Глава 6. Самоорганизующаяся материя	63
Глава 7. Эволюция нервной системы и психики	73
Глава 8. Самосознание и осознанность австралопитека	84
Глава 9. Самосознание и осознанность кроманьонца ...	119
Часть 3. Онтогенез самосознания	140
Глава 10. Общие аспекты самосознания	140
Глава 11. Осознанность и уровни субъектности	144
Глава 12. Формирование структуры самосознания субъекта	167
Глава 13. Самосознание в Я-концепции личности	208
Глава 14. Надличностное самосознание-не-Я, единицы самосознания и Я-структуры	229
Глава 15. Надсознательный процесс психики	256
Часть 4. Надметасистемная метаосознанность	270
Глава 16. Постэволюционное развитие самосознания	270
Глава 17. Метасистемная организация процессов психики	295

Глава 18. Методы исследований осознанности и проблема психологической этики в стиле McMindfulness	316
Глава 19. Метакогнитивные модели осознанности	334
Глава 20. Буддийская осознанность прозрения в интенсификации инсайта необусловленности	372
Глава 21. Буддийская интенсификация сосредоточения в сравнении с потоковыми состояниями и осознанным сновидением	428
Глава 22. Метакомпоненты и метаформы самосознания- не-Я	459
Глава 23. Выводы. Определение осознанности	483
Глава 24. Заключение и благодарности	503
Приложение 1. «Функциональная метакогнитивная схема Т. Янковского – П. Холаса»	508
Приложение 2. «Функциональная схема НММО»	509
Библиографический список используемой литературы по главам	510