Wstęp do wydania polskiego 9

Przedmowa 13

Spis ilustracji 15

Spis tabel 17

Rozdział 1. Behawioralne źródła CBT 19

Rozdział 2. Jak w CBT znalazło się „C” 35

Rozdział 3. Teoria leżąca u podstaw CBT 43

Rozdział 4. Styl i struktura CBT 63

Rozdział 5. Metody CBT 79

Rozdział 6. Zastosowania CBT 101

Rozdział 7. Kierunki rozwoju i wyzwania 131

Lektury uzupełniające 151

Indeks 157