

Spis treści

Wstęp 7

Rozdział I Źródła Terapii Krótkoterminowej 15

1. Rys historyczny 15
2. Koncepcje cybernetyczne zastosowane do wyjaśniania zachowania ludzi 17
3. Interakcyjny model wyjaśniania zachowania zaburzonego 26
4. Terapia interakcyjna 32
5. Terapia Ericksona 41

Rozdział II Koncepcja powstawania i rozwiązywania problemu 51

1. Dwa typy zmiany 51
2. Model zmiany zachowania ludzkiego 55
3. Błędne rozwiązywanie trudności źródłem problemu 59
4. Rodzaje błędnych rozwiązań trudności 62
5. Zmienianie znaczenia jako narzędzie wprowadzania zmiany 72
6. *Terapia Krótkoterminowa* podejściem systemowym i krótkoterminowym 78

Rozdział III Procedury i techniki rozwiązywania problemu 83

1. Zapewnienie skuteczności działania terapeuty przed rozpoczęciem terapii 83
2. Zapewnienie skuteczności działania terapeuty w toku terapii 90
3. Zbieranie informacji o problemie 101

4. Planowanie strategii rozwiązania problemu 110
5. Rodzaje interwencji terapeutycznych 117
6. Zakończenie terapii 136

Rozdział IV

Ilustracja zastosowania *Terapii Krótkoterminowej* w praktyce klinicznej. Studia przypadków 145

1. Przypadek pierwszy: Zaprzeczenie 146
2. Przypadek drugi: Syndrom utopii 159
3. Przypadek trzeci: Podtrzymywanie oskarżeń oskarżającego przez bronienie się oskarżanego 171
4. Przypadek czwarty: Próba wymuszenia funkcjonowania, które może pojawić się wyłącznie spontanicznie 186
5. Przypadek piąty: Próba doprowadzenia do współdziałania przez opozycję 193
6. Przypadek szósty: Próba doprowadzenia do spontanicznego spełniania nie wyrażonych oczekiwań 200
7. Przypadek siódmy: Próba opanowania zachowania związanego z sytuacją, która budzi lęk, przez jej odraczenie 211

Rozdział V

Aspekt etyczny techniki zmieniania znaczenia 218

1. Metoda dyskursu etycznego 220
2. Technika zmieniania znaczenia w świetle etyki 227

Rozdział VI

Badania nad *Terapią Krótkoterminową* 229

1. Czas trwania psychoterapii, trwałość jej rezultatów i czynniki związane z jej efektywnością 229
2. Ocena rezultatów *Terapii Krótkoterminowej* 236
3. Wnioski z badań dla praktyki *Terapii Krótkoterminowej* 244

Bibliografia 246