

Przedmowa (Glenda Fredman)	9
WPROWADZENIE	17
Trzy historie wprowadzające w klimat	17
Ponad 25 lat temu	17
Dziesięć lat temu	20
Kilka tygodni temu	25
Troje z moich wielu nauczycieli	30
ROZDZIAŁ 1 ODKRYWANIE SIECI ZŁOŻONOŚCI	37
Wprowadzenie	37
Pragnienie pilnego działania	38
Działania, emocje i ciało przejmują kontrolę nad gabinetem terapeutycznym	39
Pokusa niekorzystnych tańców	40
Akceptowanie złożoności	42
Teorie naukowe	42
Eksperckie definicje problemów	47
Wielość różnych światów	50
Szerszy kontekst społeczny i polityczny	52
Wnioski	56
ROZDZIAŁ 2 WSPÓLNA PODRÓŻ TERAPEUTYCZNA	57
Wewnętrzna perspektywa	57
Podejście systemowe i narracyjne	61
Co tworzy dobrostan?	65
Odporność i procesy odporności	66
Zaproszenie do współpracy	69
Bezpieczny grunt	71
Odkrywanie (na nowo) poczucia osobistej sprawczości	72

Społeczne dzielenie się doświadczeniami, emocjami i historiami	73
Nowe tańce relacyjne	74
Odkrywanie (na nowo) poczucia sprawczości relacyjnej ...	75
Odkrywanie (na nowo) poczucia spójności	77
Odkrywanie (na nowo) poczucia przynależności	79
Nadzieja jako brama do możliwych przyszłości	80
Poważna lekkość i lekka powaga	81
Lekkość jako postawa	82
Drzwi do wyobraźni	88
Negocjowanie lekkości i zabawy	90
Tkanie sieci wspierających odporność	91
ROZDZIAŁ 3 PIERWSZE SPOTKANIA	97
Wywiad wstępny jako nawiązanie kontaktu i odkrywanie (na nowo)	98
Budowanie poczucia bezpieczeństwa	103
Poszerzenie zakresu	106
Zespół wsparcia	108
„Rozmowy o naszych rozmowach”	110
Możliwości i trudności związane z milczeniem i mówieniem	113
Przejawy relacyjnego zaangażowania	115
O czym powinniśmy porozmawiać?	118
Radykalna zmiana pozycji i słuchanie: wywiad z dzieckiem	123
Niezbadane obszary i zapomniane historie	125
Możliwy do opanowania sposób mówienia	126
Sposoby reagowania	130
Planowanie i dokumentowanie naszej wspólnej podróży ...	133
„Zbiory” z naszego spotkania	133
Setting rozmowy	135
ROZDZIAŁ 4 MACKI TRAUMY I NEGATYWNYCH DOŚWIADCZEŃ ...	141
Tworzenie kontekstu do dzielenia się historiami	142
Przedstawienie lalkowe: odkrywanie (na nowo) poczucia sprawczości	146
Reakcje na przedstawienie	153
Quiz jako kontekst uznania	154
Układanie chaotycznych elementów w spójną opowieść	156
Czy konie same się ranią?	166
Konstruowanie opowieści: wyobraź sobie niewyobrażalne ...	170

Uwięzienie w poczuciu winy	179
Spojrzenie na „tam i wtedy” z alternatywnych punktów widzenia	185
Zajmowanie stanowiska: otwieranie drzwi do nowych działań	186
Dokumenty jako konsolidacja	188
ROZDZIAŁ 5 TWORZENIE NOWYCH NARRACJI RELACYJNYCH	191
Uwikłane relacje	192
Poszukiwanie wspólnej płaszczyzny	194
Wspólne badanie relacji i światów społecznych	196
Od paraliżujących czasowników do nowych działań	202
Znaki zapytania nie biorą się znikąd	205
Odzyskiwanie więzi z ciałem	207
Jestem sam na tej planecie...	209
Coraz szersze kręgi	213
Z powrotem do punktu wyjścia?	214
Matrioszki odsłaniają nieoczekiwane intencje	218
ROZDZIAŁ 6 ZRANIONE, RELACJE I „ROZBITE DOMY”	223
Ambiwalencja i złożoność	224
Kilka wstępnych myśli na temat przemocy	226
Otwieranie rozmów o trudnych relacjach	227
Konstelacje rodzinne na stole	229
Wyrażanie niewyrażonego	235
W poszukiwaniu promiennych światła	237
Krewni poza sceną	239
Przywiązanie bez ograniczeń	242
Ponowne spojrzenie na wstyd i zemstę	246
Chronologia wstydu	247
Poczucie przynależności jako antidotum na wstyd	250
Kopanie się ze światem	251
Niekorzystne sytuacje „tam i wtedy”	253
A co z „zemstą”?	255
Oznaki zaangażowania	256
Bycie świadkiem jako krok do ponownego połączenia	257
ROZDZIAŁ 7 WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI, OPIEKUNAMI I SPECJALISTAMI	259
Szczególna więź i pozycja	260
Rodzic lub opiekun w potrzebie	263
Dostrzeganie rodzicielskich cierpień i wartości	264

	Zauważanie momentów, w których rodzic jest ważny	266
	Skierowanie uwagi na dziecko	267
	Uwolnienie wspólnych możliwości	269
	Wioska rodziców i opiekunów	270
	Gdy rodzice (lub członkowie rodziny) zawodzą	275
	Wina i pojednanie	281
	Angażowanie rodziców od samego początku	283
ROZDZIAŁ 8	ROZPOZNAWANIE I TWORZENIE WŁASNEJ DROGI	285
	Poczucie spójności i ciągłości	286
	Oś czasu obrazująca przeszłość	288
	Oś czasu obrazująca przyszłość	294
	Koraliki, których można się trzymać	296
	Angażowanie publiczności w wywiady-przeglądy życia ...	299
	Sieci uznania i opieki	304
	Sztuka teatralna jako współczujące spojrzenie	306
	Ponowne łączenie ludzi jako działanie społeczne	310
	Rozmowy utrzymane w dokumentach i świadectwach ...	312
	Uwolnienie	316
LITERATURA CYTOWANA		319
INDEKS		331