

Spis treści

WSTĘP 9

1. RODZINA 13

Rodzina jako system 15

Terapia rodzinna 18

Etapy rozwoju rodziny 19

2. STRUKTURA RODZINY 27

Zmiany 27

Podsystemy rodziny 29

Granice 31

Reguły 36

Role 39

Koalicje 43

3. KOMUNIKACJA 47

Komunikacja potwierdzająca i dyskwalifikująca,
kongruentna i niekongruentna 50

Komunikacja niewerbalna 52

Milczenie 56

4. TERAPIA RODZINNA 59

System 62

Homeostaza i sprzężenie zwrotne 64

Przyczynowość linearna i cyrkularna 66

5. KIERUNKI TERAPII RODZINNEJ 71

Pięć nurtów terapii rodzinnej 74

6. WSPÓLPRACA TERAPEUTYCZNA **113**
- Szacunek **115**
 - Życzliwość **117**
 - Tolerancja i neutralność **118**
 - Szczerość **119**
7. SESJA TERAPII RODZINNEJ **121**
- Pierwszy kontakt **121**
 - Sformułowanie hipotezy roboczej **123**
 - Gabinet terapeuty **124**
 - Powitanie **124**
 - Zajęcie miejsc **125**
 - Ustalenie reguł **126**
 - Kto z rodziny był inicjatorem? **130**
 - Początek pierwszej sesji **131**
 - Dane i informacje **134**
 - Obserwacja rodziny i samego siebie **136**
 - Nadzieja i inwentaryzacja życzeń **138**
 - Ustalenie celu terapii **140**
 - Kontrakt **141**
8. ETYKA, TAJEMNICA ZAWODOWA, DOKUMENTACJA **143**
- Zasady etyczne **143**
 - Tajemnica zawodowa **144**
 - Dokumentacja **146**
 - Mapa rodziny **151**
9. TECHNIKI AKTYWUJĄCE **155**
- Odgrywanie ról (*role playing*) **157**
 - Dubbing (*dubbing*) **158**
 - Rzeźba rodziny (*family sculpting*) **159**
 - Rysunek rodziny (*family drawing*) **161**
 - Puste krzesło (*empty chair*) **162**
 - Zmiana miejsc (*changing seats*) **163**
 - Przeformułowanie (*reframing*) **164**
 - Zadania domowe **169**
 - Wyobraźnia terapeuty **170**
 - Nie zawsze aktywizować **171**

10. PYTANIA CYRKULARNE	173
Zalety i wady pytań cyrkularnych	173
Trzy rodzaje pytań	175
11. PODWÓJNE WIĄZANIE I PARADOKS TERAPEUTYCZNY	181
Podwójne wiązanie	181
Paradoks terapeutyczny	183
12. JAK ROZWIĄZYWAĆ KONFLIKTY	187
13. ROZWÓD	195
Rola terapeuty	196
Etapy rozwodu	196
14. TERAPEUTA RODZINNY	203
Ważniejsze cechy terapeuty rodzinnego	204
Higiena psychiczna i umysłowa	206
Mity na temat terapeutów	208
Terapia własna	209
15. KOTERAPEUTA	213
Zalety pracy z koterapeutą	213
Wady pracy z koterapeutą	215
ZAKOŃCZENIE	217
BIBLIOGRAFIA	219
SKOROWIDZ	222