

# Оглавление

О нас и об этой книге	3
Предисловие	5

## Часть первая

### ПРИМЕРЫ ЭФФЕКТИВНОЙ СЕМЕЙНОЙ ТЕРАПИИ

Введение	13
Примеры: первый уровень	16
Потеря контакта	28
Примеры «сложного равенства»	44
Примеры: второй уровень	60
Задабриватель	66
Порицатель, критик	68
Компьютер	69
Растяпа	70
Первое – задабриватель	73
Второе – критик	73
Третье – компьютер (сверхрассудительный человек)	73
Четвертое – растяпа, неумеха	73
Резюме	90

## Часть вторая

### ТИПЫ КОММУНИКАЦИОННЫХ СИСТЕМ

Введение	95
Заданный цикл общения	102

1. Общение (коммуникатор-передатчик)	102
2. Жизненный опыт (прием)	104
3. Заключение (прием)	105
4. Обобщение (прием)	106
5. Ответное поведение (передача)	109
Цикл общения с обратной связью	113
Общение (коммуникатор-передатчик)	113
Ощущения (прием)	113
Вывод, заключение (прием)	115
Обобщения (прием)	116
Ответное поведение (передача)	118
Сбор информации	120
Определение желаемого состояния	127
Определение текущего состояния	134
Вывод	139
Преобразование системы	142
Инструменты для разрушения фиксированных заключений, выработанных в прошлом	146
Разрушение заданного общения в точке неконгруэнтности	147
Разрушение заданных коммуникационных петель в переходной точке принятия решения	150
Разрушение заданных коммуникационных петель в точке обобщения или умозаключения	152
Прерывание заданного общения в точке фиксированных обобщений, сделанных в прошлом («сложное равенство»)	155
Возможные перспективы процесса (достижение промежуточного положения по отношению к процессу в системе)	162
Преобразование системы с помощью перепрограммирования	170
Закрепление изменения	175
Обзор процесса проведения семинара	176
Установление обратной связи между членами семьи	178
Домашнее задание	179
Заключение	183
Эпилог	185