Índice

Prefacio 11

Agradecimientos 13

1. La evolución de un modelo de terapia breve para adolescentes con problemas 15
- Influencias teóricas 17
  - Milton H. Erickson: el padre de la terapia breve ... 17
  - La terapia breve centrada en la solución 21
  - El *MRI* y la terapia breve centrada en el problema ... 24
- Ampliación del modelo centrado en la solución 26
  - El terapeuta especializado en la terapia breve: un artista de la improvisación 27
  - La incorporación de las ideas de Michael White ... 29
  - La incorporación de las ideas del equipo de Galveston y de Tom Andersen 30
  - El terapeuta especializado en la terapia breve como colaborador de sistemas más amplios 32
- Anatomía del caso del adolescente «difícil» 34
  - Las etiquetas crean un «agujero negro» terapéutico 34
  - «Más de lo mismo»: una variedad de tratamiento ... 37

2. Supuestos orientadores con vistas a la solución 39
- Supuesto 1: La resistencia no es un concepto útil 39

- Supuesto 2: La cooperación es inevitable 41
  - Herramientas para fomentar la cooperación 42
- Supuesto 3: El cambio es inevitable 44
- Supuesto 4: Solo se necesita un pequeño cambio 46
- Supuesto 5: Los pacientes cuentan con las fuerzas y los recursos necesarios para cambiar 47
- Supuesto 6: Los problemas son intentos fallidos de resolver los conflictos 50
  - Evitar «más de lo mismo» 52
- Supuesto 7: No es necesario saber mucho sobre el problema para resolverlo 53
- Supuesto 8: Los pacientes fijan los objetivos del tratamiento 55
- Supuesto 9: La realidad es definida por el observador y el terapeuta participa en la cocreación de la realidad del sistema terapéutico 57
- Supuesto 10: Existen muchas maneras de enfocar una situación pero ninguna es más «correcta» que las otras 58

3. La primera entrevista: cocrear un contexto para el cambio 61
- Cocrear un clima terapéutico para el cambio 61
  - Explicar el formato de la sesión 61
  - Establecer *rapport* 62
  - Evaluar a la clientela 64
  - La entrevista sistémica con un propósito determinado 70
- La mecánica de la entrevista en la terapia familiar breve centrada en la solución 96
  - Intercambiar ideas con los padres 97
  - Fortalecer al adolescente 97
  - Trabajar con un equipo reflexivo 98

- Normas para el diseño, la selección y la instrumentación de la tarea terapéutica en la primera entrevista 100
  - La tarea formalizada de la primera sesión 101
  - Simular que el milagro ha sucedido 101
  - Hacer algo diferente 102
  - La tarea de predecir el futuro 103
  - Hacer más de lo que funciona 104
- Conclusión 105

4. Estrategias eficaces para establecer una buena relación con adolescentes difíciles 107
- El humor y la sorpresa 107
- La utilización 111
- Ponerse del lado del adolescente 113
- El adolescente como terapeuta experto 116
- El uso del yo del terapeuta 118
- El enfoque de «Columbo» 120
- Conclusión 122

5. Organizar una ecología social: colaborar con auxiliares procedentes de sistemas más amplios 125
- Cómo cultivar relaciones de cooperación y de colaboración 127
- El papel del terapeuta 128
- Ejemplos de casos 130
  - ¿Suicida o *déjà vu*? 130
  - Cómo escapar al estilo de vida de las pandillas 133
  - Con una pequeña ayuda de mis amigos 136
  - Vivir en el límite 139
  - El poder del maestro 143
- Conclusión 147

6. Cómo lograr que el cambio perdure: prescripciones para la segunda sesión y las subsiguientes 149
• Diseño y selección de la tarea según las distintas posiciones asumidas por el paciente 150
- Las familias que están mejor 150
- Las familias con opiniones confusas 152
- Las familias que están igual 155
- Las familias que están peor 161
- Familias desconectadas 165
• Tareas y estrategias de equipo centradas en la solución 166
- Tirar la moneda 166
- La sorpresa 166
- La tarea de promover la solución 167
- El ritual para controlar el hábito 167
- Ritual de externalización simbólica 168
- Las cartas 169
- Las ordalías 170
- La tarea de la disputa familiar estructurada 171
- Dividir al equipo 172
- Equipo reflexivo integrado por los pares 172
• El fin de la terapia familiar breve centrada en la solución 175
- ¿Huida a la salud o una vida más satisfactoria? 175
- Celebrar con la familia los cambios terapéuticos ... 176

7. El grupo de padres centrado en la solución 179
• La razón de ser del grupo 180
• La mecánica para organizar el grupo 181
• El papel desempeñado por los líderes del grupo 181
• Las sesiones del grupo 182

- La primera sesión 182
- La segunda sesión 183
- La tercera sesión 184
- La cuarta sesión 185
- La quinta sesión 187
- La sexta sesión 188

8. Epílogo 191
• Revisión de los caminos para el cambio 191
• Conclusión 193

Bibliografía 195