

Содержание

Предисловие	3
Глава 1. Применение примеров и историй в практике психотерапевта	8
Глава 2. Структура байки. Мораль, комментарий, диапазон применения и терапевтические мишени	13
Иррациональные (дисфункциональные, стрессогенные) установки.....	22
Глава 3. Каталог баек.....	51
1. Байка «Психологическое айкидо».....	51
2. Байка «Слепые и слон».....	54
3. Байка «Повиновение».....	56
4. Байка «Розовый слон».....	58
5. Байка «Умная Эльза».....	60
6. Байка «Почему нет друзей?».....	63
7. Байка «Ноша».....	64
8. Байка «Просто».....	65
9. Байка «О мужестве рискнуть попробовать».....	67
10. Байка «Грязные гнезда».....	68
11. Байка «Пятьдесят лет вежливости».....	70
12. Байка «Мужской шовинизм».....	72
13. Байка «Умные животные».....	77

14. Байка «Проблемы консультирования»	79
15. Байка «Случай в дороге»	81
16. Байка «Трудно угодить всем»	83
17. Байка «Хочу, что есть».....	84
18. Байка «Правила и реальность».....	85
19. Байка «Скажем прямо».....	86
20. Байка «Фрейд и курительная трубка»	87
21. Байка «По-другому»	92
22. Байка «Цель»	94
23. Байка «Мудрость и старость».....	95
24. Байка «Все в твоих руках»	96
25. Байка «Не в деньгах счастье»	98
26. Байка «Полная банка».....	99
27. Байка «Счастье»	101
28. Байка «Осадок»	102
29. Байка «Забирайте свое себе»	105
30. Байка «Самое лучшее средство».....	108
31. Байка «Победитель джиннов».....	108
32. Байка «Прежняя лужа»	109
33. Байка «Какое дело?»	110
34. Байка «Потому что ты спрашиваешь».....	111
35. Байка «Дервиш и ученый»	112
36. Байка «Черепаша и скорпион»	113
37. Байка «Зайди за камень»	115
38. Байка «Как старик корову продавал».....	117
39. Байка «Лишь бы мамочку любил»	118
40. Байка «Иметь или не иметь»	120
41. Байка «Лучше не обгонять».....	124

42. Байка «Не повод для переживаний».....	125
43. Байка «Солидарность».....	125
44. Байка «Кого пошлют?»	127
45. Байка «Вопросы».....	127
46. Байка «У нас еще много советов»	132
47. Байка «Стратег».....	133
48. Байка «Самодетельность»	135
49. Байка «Скажем по-другому»	136
50. Байка «Справедливость и арифметика»	138
51. Байка «Открытый разговор».....	139
52. Байка «Язык»	140
53. Байка «Выбирай».....	142
54. Байка «Вероятность».....	145
55. Байка «Благодарность»	148
56. Байка «Принимать или действовать»	149
57. Байка «Счастье созерцания»	151
58. Байка «Ночевка дикобразов».....	153
59. Байка «Игра»	153
60. Байка «Правила жизни»	158
61. Байка «Воздушные замки»	159
62. Байка «Время»	160
63. Байка «Смерть»	161
64. Байка «Завещание Феогида».....	165
65. Байка «Внимание»	166
66. Байка «За здоровье волнуюсь»	166
67. Байка «Не торопись с выводами».....	168
68. Байка «Помягче».....	170
69. Байка «Подсказки»	171

70. Байка «Небезупречный горшок»	172
71. Байка «Стоит уточнить».....	174
72. Байка «Казните монтажника»	175
73. Байка «Жадность».....	176
74. Байка «Никто не знает»	177
75. Байка «Мгновение»	183
76. Байка «Везение»	184
77. Байка «Учителя».....	184
78. Байка «Точка зрения».....	193
79. Байка «Статистика».....	195
80. Байка «Доктор как доктор...»	197
81. Байка «Кенгуру».....	199
82. Байка «Хищники и вегетарианцы»	200
83. Байка «Чем Бог наделил»	201
84. Байка «Величие ближнего»	202
85. Байка «Это нормально для ребенка».....	205
86. Байка «Не трать время на зависть»	207
87. Байка «Аристотель — трава».....	209
88. Байка «Что лучше».....	210
89. Байка «В здоровом теле здоровый дух».....	215
90. Байка «Не все таково, каковым кажется на первый взгляд»	216
91. Байка «Живи настоящим!»	218
92. Байка «Выбор».....	219
93. Байка «Никого не стошнило».....	220
94. Байка «Любовь»	227
95. Байка «Брак».....	229
96. Байка «Последовательность».....	236
97. Байка «Интуиция».....	238

98. Байка «Психотерапия».....	242
99. Байка «Лазеры».....	247
100. Байка «Тяжелый случай».....	249
101. Байка «Случай в аэропорту».....	250
102. Байка «Хорошая мысль».....	252
103. Байка «Внимательность».....	253
104. Байка «Что нам нужно?».....	258
105. Байка «Вопрос веры».....	262
106. Байка «Не дай себе засохнуть».....	263
107. Байка «Я люблю и ненавижу».....	264
108. Байка «Пусть у соседа будет».....	265
109. Байка «Холодильник».....	267
110. Байка «Павлов и Бехтерев».....	269
111. Байка «О как!».....	271
Бонус.....	273
Анекдоты на профессиональную тему.....	275
Новые полезные американизмы.....	318
Уроки жизни для бизнес-консультирования.....	320
15 серьезно-юмористических жизненных принципов, которые работают.....	323
Известные поговорки.....	324
Хит-парад вопросов к психологу.....	326
Записки на бумажках (сделанные сотрудниками телефона доверия).....	328
Кошачий психиатрический словарь.....	330
Словарь психологических терминов.....	334
Список литературы.....	345